جسمانی بیماریوں ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ عبقری® لاہور

جنوری 2008ء بمطابق ذوالحجہ 1428ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی ... 15 روپے

19

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

* محرم الحرام میں قرب الٰہی پانے کے طریقے
* ڈپریشن کا خاتمہ، غذاؤں سے
* جیب تراشی کے انوکھے چشم دید انداز
* صحابیؓ جن سے انوکھی ملاقات
* آپ کی صحت اور ماہِ جنوری
* مسنون دعا کی کرامت، برکت اور حیرت
* حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ، ایک عظیم شخصیت
* قبر کشائی نے رازوں سے پردہ اٹھایا
* خراٹے روکنے کی ورزشیں
* فصلوں کو بچانے کے قدرتی فارمولے
* کیا دبلا پن حسن وصحت کی علامت ہے؟

عبقریِ حسانٍ فبایِّ اٰلآءِ ربکما تکذّبٰن (القرآن)

بیاد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 7 جلد نمبر 2 جنوری 2008ء بمطابق ذوالحجہ 1428ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

جنوری 2008ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے اندرون ملک سالانہ 180 روپے بیرون ملک سالانہ 40 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ "ماہنامہ" عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری درج ہوتا ہے۔ اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے۔ اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے۔ کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں...... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
عصر سے مغرب کے درمیان

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی کی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کا خیال نہیں رکھتے پھر خفا ہوتے ہیں۔ ٹوکن کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website:www.ubqari.net
Email:ubqari@hotmail.com

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹر، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغام قرآن

اللہ تعالیٰ نے رسول اللہ ﷺ سے ارشاد فرمایا: اور آپ کے رب نے یہ حکم دے دیا ہے کہ اس معبودِ برحق کے سوا کسی کی عبادت نہ کرو اور تم والدین کے ساتھ حسن سلوک سے پیش آؤ اگر ان میں سے ایک یا دونوں تیرے سامنے بڑھاپے کو پہنچ جائیں تو اس وقت بھی کبھی ان کو "ہوں" مت کہنا اور نہ ان کو جھڑکنا اور انتہائی نرمی اور ادب کے ساتھ ان سے بات کرنا اور ان کے سامنے شفقت سے انکساری کے ساتھ جھکے رہنا اور یوں دعا کرتے رہنا، اے میرے رب جس طرح انہوں نے بچپنے میں میری پرورش کی ہے اسی طرح آپ بھی ان دونوں پر رحم فرمایئے۔

(بنی اسرائیل آیت نمبر 23,24)

فرمان رسول ﷺ

حضرت علیؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: مسلمان کے دوسرے مسلمان پر چھ حقوق ہیں: جب ملاقات ہو تو اس کو سلام کرے، جب دعوت دے تو اس کی دعوت قبول کرے، جب اسے چھینک آئے (اور اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ) کہے تو اس کے جواب میں یَرْحَمُکَ اللّٰہُ کہے، جب بیمار ہو تو اس کی عیادت کرے، جب انتقال کر جائے تو اس کے جنازے کے ساتھ جائے اور اس کے لیے وہی پسند کرے جو اپنے لئے پسند کرتا ہے۔

(ابن ماجہ)

حال دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

قارئین پڑھتے پڑھتے انسان خود سوچنا شروع کر دیتا ہے اور سوچتے سوچتے زندگی کے بیتے واقعات جنہیں بظاہر وہ اہمیت نہیں دیتا، یاد آنا شروع ہو جاتے ہیں۔ پھر جب ان واقعات پر سوچتا ہے تو معلوم ہوتا ہے کہ ہر واقعہ آئندہ اور گزشتہ زندگی کے لیے کوئی سبق ہوتا ہے۔ بس چونکہ بندہ طالب علم اور عمل کی منزل کا راہی ہے، اس لیے یہ کرید اور تحقیق مزاج میں رچ بس چکی ہے۔ لہذا دوسروں سے سیکھنے اور سننے میں عار محسوس نہیں کرتا۔ آیئے آپ کو زندگی کے کچھ سبق بتاتے ہیں ایک شخص کے واقعات۔

سود سے بچنے کے واقعات :۔ حضرت مولانا احسان صاحب سے ایک دفعہ سنا تھا، حضرت فرما رہے تھے کہ سود خور کے پیٹ میں جہنم میں سانپ بھر دیئے جائیں گے۔ اور وہ اس کو کاٹیں گے اور فرمایا کہ سود خور براہ راست اللہ پاک سے جنگ کرتا ہے۔ میں نے بھی اللہ پاک سے مانگا کہ یا اللہ اس لعنت سے محفوظ رکھ۔ میرا پورا خاندان تقریباً بنک میں تھا۔ میرے والد نے انتقال سے کچھ عرصہ پہلے کچھ (Saving Certificate) بنک میں رکھے تھے جو کہ 2007 میں تقریباً 10 لاکھ روپے ہو جاتے۔ میں نے 2004ء میں والد صاحب کے انتقال کے بعد ان کو کیش کروالیا۔ جو کہ اس وقت مجھ کو (5 لاکھ روپے کی صورت میں ملے تمام گھر والے دشمن ہو گئے کہ تم نے 5 لاکھ کا نقصان کر دیا میں نے کہا جو ہو گیا سو ہو گیا، یہ جائز نہیں ہے۔ اور انشاء اللہ والد صاحب کی مغفرت کا ذریعہ بنے گا۔ اب گھر والوں کا اصرار تھا کہ اس رقم کو کسی بنک میں جمع کروائیں تاکہ مہینے کا سلسلہ چل پڑے اس پر بھی میں نے منع کر دیا اور تقریباً 2 سال کی کٹھن آزمائش کے بعد اللہ پاک کی رحمت سے ہمیں کراچی کی ایک مارکیٹ میں ایک دوکان تقریباً انہی پیسوں میں مل گئی۔ ذرا تجزیہ کریں کہ 2007ء تک اگر ہم رقم سود کی مد میں رکھتے تو 10 لاکھ ملتے لیکن آج الحمد اللہ اس دوکان کی قیمت تقریباً 15 لاکھ روپے ہے۔ اور اس سے گھر میں تقریباً 10 ہزار روپے تک کی آمدنی ہے۔ اگر سود میں رکھتے تو یہی آمدنی 5 ہزار روپے ہونی تھی۔

سود سے بچنے کا دوسرا واقعہ ہمارے محلے کے دوکاندار کا ہے کہ اس کی تقریباً ایک کروڑ روپے مالیت کی دوکان تھی اس نے انکم ٹیکس سے اپنے آپ کو بچانے کے لیے سود پر بنک سے قرضہ لے لیا۔ اس گناہگار آنکھوں نے دیکھا کہ وہ شخص رفتہ رفتہ پاگل ہو گیا اور اب اس کا انتقال ہو گیا ہے اور دوکان پر رشتہ داروں کا قبضہ ہے۔ سود کا سب سے بڑا نقصان یہ دیکھنے میں آیا ہے کہ یہ اصل رقم کو بھی لے کر ڈوب جاتا ہے۔

میرے ایک اور دوست جو کہ بظاہر دین دار بھی تھے اور تبلیغ میں آنا جانا تھا پتہ نہیں دماغ میں کیا آیا 5 لاکھ کا بنک سے قرضہ لے لیا اور کچھ کاروبار شروع کر لیا اللہ پاک کی شان تمام کاروبار ٹھپ ہو گیا اور وہ قرضہ بھی نہیں اتار سکا اور بے چارہ ایک غلط کام کی وجہ سے سڑک پر آ گیا۔

بنگلے کا مالک ٹیکسی ڈرائیور بن گیا :۔ میں اپنے والد صاحب کو لیکر رات تقریباً تین بجے جا رہا تھا اور والد مرحوم کی طبیعت ٹھیک نہیں تھی راستے میں میں نے ٹیکسی والے سے بات شروع کر دی کہ کہاں رہتے ہو تو مجھے اس نے کہا کہ میں فیڈرل بی ایریا بلاک نمبر 10 میں رہتا ہوں۔ یہ فیڈرل بی ایریا کا پوش علاقہ ہے۔ یہاں تمام گھر 400، 1000 گز کے بنگلے ہیں۔ میری حیرانگی پر وہ مسکرایا اور کہنے لگا کہ الحمد اللہ میرا اپنا بنگلہ ہے۔ ڈاکٹر نے بائی پاس تجویز کیا تھا، مجھے دل کی تکلیف تھی لیکن ایک ڈاکٹر نے مشورے کے بعد فرمایا کہ آپ صبح تہجد میں اٹھنے کے بعد دو چار رکعت نوافل پڑھنے کے بعد اس وقت کی تازہ ہوا کھائیں کہنے لگا تقریباً دو ماہ سے میرا یہ معمول ہے کہ رات کو اڑھائی یا تین بجے اٹھتا ہوں اور دو چار رکعت نوافل پڑھنے کے بعد ٹیکسی لیکر آ جاتا ہوں۔ اس طرح کرنے کے بعد الحمد اللہ میں نے دوبارہ ٹیسٹ کروایا ہے اور ڈاکٹروں نے بائی پاس کروانے سے منع کر دیا ہے کہ اب اس کی ضرورت نہیں ہے۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

کتے کے اندر صفات ایسی ہیں کہ اگر سب انسان میں آجائیں تو فرشتے اس سے مصافحہ کریں

انسانی مٹی سے کتے کا وجود

بعض روایت میں آتا ہے کہ جب اللہ پاک نے انسان کے جسم کو بنایا تو اس کی ناف میں سے مٹی نکال کر پھینکی، اس سے کتا بن گیا۔لیکن اسکے اندر شیطان نے اپنا لعاب پھینک دیا۔اس لیے اس میں خونریزی ہے باقی ساری صفات تابعداری کی، وفا کی، قناعت کی، صبر کی ہیں۔ ساری کی ساری صفات اس کے اندر مومنانہ ہیں۔ جو مومن کی صفات ہیں۔ حضرت خواجہ حسن بصریؒ فرماتے ہیں جو بہت بڑے محدث ہیں، اللہ کے ولی ہیں اور انہوں نے حضرت ام سلمیٰؓ کا دودھ پیا تھا۔ تابعی ہیں صحابی اس لیے نہیں کہتے کہ اس وقت وہ شعور میں نہیں تھے کہ سرورکونین ﷺ کا وصال ہوگیا۔ تو حضرت حسن بصریؒ فرماتے ہیں کہ کتے کے اندر سب صفات ایسی ہیں کہ اگر سب انسان میں آجائیں تو فرشتے اس سے مصافحہ کریں۔لیکن اس کے بارے میں حکم اس لیے نہیں دیا گیا کہ اس کے اندر شیطان نے اپنا لعاب ڈالا اور اس کے اندر خونریزی پیدا ہوئی۔خونخواری کا نظام اس کے اندر بنا۔ اگر سائنس کے نظام میں اس کو دیکھا جائے تو اس کے جو جراثیم ہیں وہ دنیا کے سب سے خطرناک جراثیم ہیں۔تو میرے دوستو میں یہ عرض کررہا تھا کہ ایک شخص وہ ہے جو عبادت کرنے میں کمال رکھتا ہے، اس کا نام فرشتوں سے ملتا جلتا ہے۔اسرافیل، میکائیل، عزرائیل، جبرائیل علیہ السلام وغیرہ۔ شیطان کا اصل نام عزازیل ہے۔ یہ جو کائنات اس وقت ہمیں نظر آرہی ہے، انسان کی پیدائش سے پہلے اس میں سارے جنات رہتے تھے۔ جنات ہم سے پرانی مخلوق ہیں، اس لیے ان کی زبان بھی وہی عبرانی اور سریانی ہے۔ ان کی عمریں بھی وہی پرانی عمریں ہیں۔ ابھی اس اتوار کو میں اسلام آباد میں تھا تو وہاں ایک صاحب نے ایک جن کو زندہ گاڑدیا۔ اس نے کہا اس کی عمر تو اتنی لمبی تھی۔ مچھندر اس کا نام تھا۔ اس نے کہا یہ سات بھائی تھے چھ مسلمان ہیں ایک یہ ہندو تھا اور دوسروں کو مارتا بھی تھا اور خبیث بھی تھا۔ میرے محترم دوستو میں عرض یہ کررہا تھا اس کے اندر انسان نہیں تھے جنات تھے سارے۔ اللہ جل شانہٗ نے فرمایا کہ میں بندگی کے لیے ایک مخلوق پیدا کرنا چاہتا ہوں ''انسان'' اس لیے شیطان انسان کے بارے میں حسد میں مبتلا ہوگیا اور مرتے دم تک حسد میں مبتلا رہیگا۔ اور حسد یہ ہوتا ہے کہ اس کو ہر خیر سے بچائیں اور ہر تکلیف پر لے آئیں، اسی کا نام حسد ہے۔ اب یہ شیطان جو ہے اسی بات پر لگا ہوا ہے کہ دن رات انسان کے ساتھ حسد کیا جائے۔ اللہ پاک نے انسان کو بھیجا اب جو سوچنے کی بات ہے وہ میں آپ سے عرض کررہا ہوں کہ لاکھوں سال، اللہ نے اس کی عمر بنائی۔ یہ انسان کی پیدائش سے پہلے اللہ کی اطاعت کرتا رہا، بندگی کرتا رہا۔ ایک بال برابر بھی اس نے کبھی نافرمانی نہیں کی۔ اب اپنی آنکھوں کے سامنے دیکھ رہا ہے کہ میری آنکھوں کے سامنے اللہ پاک نے ایک مجسمہ بنایا ہے اور پھر اپنے امر سے اس میں روح پھونکی ہے۔

ایمان دو لفظوں کا نام ہے

انسان بننے کے بعد اللہ جل شانہٗ نے سب سے فرمایا کہ اب سارے اس کو سجدہ کرو مگر اس نے انکار کیا اگر دیکھا جائے تو یہ بات شعور میں نہیں آتی کہ ایک آدمی صدیوں سے عبادت کررہا ہے اور ایک آدمی ابھی پیدا ہوا ہے اور اُس کے لیے کہا جارہا ہے کہ اس کو سجدہ کرو۔ جیسا کہ ایک دفعہ پہلے بھی میں نے آپ سے عرض کیا کہ گاڑی چل رہی ہے اور ابھی ہاتھ سے چھوٹ جائے گی اور چلتے چلتے کوئی ایمان کو سمجھنا چاہے تو ایمان دو لفظوں کا نام ہے۔ غیب کا اقرار مشاہدے کا انکار۔ اسی کا نام ایمان ہے۔ میں نے ابھی عرض کیا ناں کہ اللہ ہے، جنت ہے، قبر ہے، حساب و کتاب ہے، سوال و جواب ہے، جنت کا باغ ہونا ہے، قبر کا باغ ہونا ہے، قبر کا عذاب ہونا ہے اور قبر کی جزا ہے اور قبر کی سزا ہے۔ یہ سب چیزیں ہیں اور موجود ہیں مگر دیکھی کسی نے نہیں۔ ان کی موجودگی کا اقرار، ایمان ہے۔ میں اس جمعہ والے دن قبرستان میں بیٹھا ہوا تھا انہوں نے قبرستان میں تندور لگا دیا۔ لیٹرین بنا دی۔ تہہ خانے بنا دیئے۔ قبرستان کے اندر سب کچھ بنا دیا۔ غیب کا نظام کہتا ہے کہ یہ سب کچھ ان کی نظروں کو نظر نہیں آتا۔ یہ مٹی کا ایک ڈھیر ہے۔ تو سارا عالم، سارا نظام، یہ غیب پر چل رہا ہے۔ میرے محترم دوستو! ساری باتیں عرض کرنے کا مقصد یہ ہے کہ ہماری زندگی کا ہر عمل غیب کے ساتھ ہے۔ جزا بھی غیب کے ساتھ ہے، سزا بھی غیب کے ساتھ ہے اور اگر غیب کا نظام لیکر چلیں گے تو زندگی میں کامیاب ہوجائیں گے اور اگر اپنے مشاہدے سے چلیں گے تو اپنی عقل سے چلیں گے۔ سمجھ میں آئے گی تو کرلیں گے، سمجھ نہیں آئے گی تو نہیں کریں گے۔ پھر عقل مانے گی تو کرلیں گے، عقل نہیں مانے گی تو نہیں کریں گے۔ کیوں کہ ہم اگر اپنی عقل سے احکامات لیکر چلے تو اس کا نتیجہ گمراہی ہوگی۔ اگر عقل انسانی سے ہم چلیں گے تو کام نہیں بنے گا اور اگر عقل انسانی کو چھوڑ کر احکامات والی زندگی سے چلیں گے تو کام بن جائے گا۔ کہنے لگے ایک دفعہ جو سبحان اللہ پڑھے گا اس کو ایک غلام آزاد کرنے کا، پچاس ہزار روپے خرچ کرنے کا اور اس کو اتنا ثواب ملے گا کہ زمین سے لیکر آسمان تک جو خلا ہے، یہ آدھا بھر جائے گا۔ کہیں نظر تو نہیں آتا مگر غیب کہتا ہے جو درود پاک پڑھے گا اللہ پاک اس پر ایک نور کی بارش کرتے ہیں جو اس کو لپیٹ لیتا ہے۔ کہیں نظر تو نہیں آتا مگر یہ حقیقت ہے۔ میرے محترم دوستو اس لیے درخواست یہ ہے کہ اپنی زندگی کو غیب پر ڈھالتے چلے جائیں۔ بہت سکون آئے گا۔ بہت چین آئے گا۔ بہت رحمت آئے گی۔ اللہ پاک نے اپنے آپ کو چھپالیا اور اپنے احکامات کو دے دیا ہے۔ کہ دیکھو میں نے اپنے آپ کو چھپایا ہے۔ اپنے احکامات دیئے ہیں ان کو لیکر چلو گے تو زندگی میں کامیاب ہوجاؤ گے۔ (جاری ہے)

پستہ سے موسم سرما کو پُر لطف بنائیں

انتخاب: واصف علی، قلات

پچیس فوائد تو تھوڑے ہیں، آپ آزمائیں اور کرشمے دیکھیں

عربی فستق فارسی پستہ

سندھی پستو انگریزی Pistachis nut

اس کا مزاج گرم اور تر درجہ اول ہے اس کے چھلکے کا رنگ سفیدی مائل براؤن ہوتا ہے جبکہ مغز پستہ، سبز رنگ کا ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ خوشگوار اور قدرے شیریں ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک چھ ماشہ تا ایک تولہ ہے یہ ایک مشہور عام میوہ ہے اور اس کے درج ذیل فوائد ہیں۔

پستہ کے فوائد:۔

(1) پستہ مقوی دل اور دماغ ہے۔ مقوی ذہن اور حافظہ بھی ہے۔ (2) باہ کو مضبوط کرتا ہے۔ (3) ہر قسم کی خارش میں مفید ہے۔ (4) بدن کو موٹا کرتا ہے۔ (5) فعل معدہ کو درست کرتا ہے اور معدے کو طاقت دیتا ہے۔ (6) پستے کے پھول بلغم کو دور کرنے کے لیے دیگر ادویہ کے ہمراہ استعمال میں لائے جاتے ہیں اور کھانسی کے لیے بے حد مفید ہیں۔ (7) پستہ کو اگر چینی یا کوزہ مصری کے ساتھ کھایا جائے تو جسم سے زہریلے مادوں کو دور کرتا ہے۔ (8) یہ قابض ہوتا ہے اس لیے مقدار سے زیادہ نہیں کھانا چاہئے۔ (9) نزلہ وزکام میں مفید ہے۔ (10) گردوں کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ (11) یرقان میں پستہ کا استعمال مفید ہوتا ہے۔ (12) قے اور متلی میں بے حد مفید ہے۔ (13) جگر کی سردی کو دفع کرتا ہے اور جگر کا سدہ کھولتا ہے۔ (14) خفقان کے لیے بے حد مفید ہے۔ (15) وبائی امراض میں مغز پستہ ایک تولہ اور کوزہ مصری ہم وزن کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے۔ (16) اگر پستہ کے چھلکے کا سفوف بنا کر چار ماشہ ہمراہ پانی صبح و شام استعمال کیا جائے تو معدہ، انتڑیوں، دل، جگر اور دانتوں کے لیے بے حد مفید ہوتا ہے۔ (17) بڑھی ہوئی تلی کے علاج میں فائدہ دیتا ہے۔ (18) مادہ تولید کو گاڑھا کرتا ہے۔ (19) پستہ کو باریک باریک کاٹ کر مٹھائیوں پر لگایا جاتا ہے۔ جس سے مٹھائیاں خوش ذائقہ ہو جاتی ہیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 13 پر پڑھیں)

چالیس بار پڑھیں اور جمال رسول ﷺ نصیب ہو

دروازے کے قریب بیری کا درخت تھا اس کے نیچے میں نے ایک شخص کو بیٹھا پایا۔ وہ مجھ سے باتیں کرتے اور جو باتیں میرے دل میں تھیں ان کو ظاہر کرنے لگے۔ مجھے یقین ہو گیا کہ یہ شخص اولیاء عارفین میں سے ہے (ع۔م چوہدری)

"اصلی بیاض محمدی" میں حضرت شیخ محمد صاحب محدث تھانوی لکھتے ہیں کہ یہ اسم جلالی ہے حضور اکرم ﷺ کی زیارت کے لئے اگر ہر شب چالیس مرتبہ پڑھے تو چند دنوں میں زیارت ہوگی اسم یہ ہے

يَا غَيَاثِيْ عِنْدَ كُلِّ كُرْبَةٍ وَمَعَاذِيْ عِنْدَ كُلِّ شِدَّةٍ وَ مُوْنِسِيْ عِنْدَ كُلِّ وَ حْشَةٍ وَ مُجِيْبِيْ عِنْدَ كُلِّ دَعْوَةٍ وَ رَجَائِيْ حِيْنَ تَنْقَطِعُ حِيْلَتِيْ يَا غَيَاثِيْ .

"جواہر خمسہ" میں حضرت غوث گوالیار فرماتے ہیں کہ اس اسم جلالی کو جو کوئی ۴۰ بار ہر شب پڑھے تو انشاء اللہ جمال جہاں آرائے حضرت مصطفےٰ ﷺ سے مشرف ہوگا اور ہر مشکل آسان ہوگی۔ وہ اسم مبارک یہ ہے۔

يَا غَيَاثِيْ عِنْدَ كُلِّ كُرْبَةٍ مُجِيْبِيْ عِنْدَ كُلِّ دَعْوَةٍ وَمَعَاذِيْ عِنْدَ كُلِّ شِدَّةٍ وَرَجَائِيْ حِيْنَ تَنْقَطِعُ حِيْلَتِيْ .

حضرت شیخ احمد بن المبارک نے "الابریز" میں اپنے شیخ غوث الزماں سیدنا حضرت عبدالعزیز دباغ کے مناقب میں لکھا ہے کہ حضرت عبدالعزیز دباغ فرماتے ہیں کہ میری عادت تھی کہ میں جمعہ کی رات سید علی بن حرز ہم کے مزار پر گزارا کرتا تھا۔ رات بھر وہیں رہتا اور دوسرے شب بیدار صلحاء کے ساتھ قصیدہ بردہ شریف پڑھا کرتا تھا۔ حسب عادت ایک شب جمعہ میں جب ہم لوگ ختم سے فارغ ہوئے تو میں مزار سے باہر نکلا اور دروازے کے قریب بیری کا درخت تھا اس کے نیچے میں نے ایک شخص کو بیٹھا پایا۔ وہ مجھ سے باتیں کرتے اور جو باتیں میرے دل میں تھیں ان کو ظاہر کرنے لگے۔ مجھے یقین ہو گیا کہ یہ شخص اولیاء عارفین میں سے ہے اور میں نے عرض کیا کہ مجھے خادمیت میں قبول فرمائیے اور ذکر و ورد کی تلقین کیجئے۔

میرا خیال تھا کہ ایسا ہی کوئی وظیفہ بتائیں گے جیسا کہ ان سے پہلے بتا چکے ہیں مگر انہوں نے وظیفہ بتایا تو یہ کہ روزانہ سات ہزار بار پڑھا کرو۔

اَللّٰهُمَّ يَا رَبِّ بِجَاهِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدِ بْنِ عَبْدِاللّٰهِ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اِجْمَعْ بَيْنِيْ وَ بَيْنَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدِ بْنِ عَبْدِاللّٰهِ فِي الدُّنْيَا قَبْلَ الْاٰخِرَةِ ۰

اس کے بعد ہم اٹھے ہی تھے کہ ناظم مزار حضرت عمر بن ہواری آ گئے ان سے خطاب کر کے انہوں نے فرمایا "یہی ہے وہ شخص" اور پھر فرمایا کہ میں تم کو تاکید کرتا ہوں۔ سید عمرؒ نے جواب دیا کہ حضور یہ میرے سر کے تاج ہیں۔ سید عمرؒ نے اپنی وفات کے وقت مجھ سے پوچھا تمہیں معلوم بھی ہے کہ بیری کے درخت کے نیچے تم کو ذکر کس نے تلقین کیا تھا۔ میں نے کہا مجھے معلوم نہیں۔ فرمایا وہ سیدنا خضر علیہ السلام تھے اور جب حق تعالیٰ نے مجھے بصیرت بخشی تو خود بھی اس کا علم ہو گیا۔ غرض میں نے وظیفہ شروع کیا تو دل پر بوجہ خوف اور قبض کی سی کیفیت ۵، ۶ ماہ تک مسلط رہی۔

پھر ایک بزرگ ملے خود ہی انہوں نے بتایا کہ میرا نام عبداللہ برناوی ہے اور میں برنو کا باشندہ ہوں اور یہاں فارس میں صرف تمہاری غرض سے آیا ہوں۔ مجھے بہت خوشی ہوئی۔ غرض عبداللہ برناوی میرے ساتھ رہے کہ میری رہنمائی فرماتے اور مجھے کجی اور بد راہی سے بچاتے، قلب کو قوت پہنچاتے اور میرے دل سے وہ خوف مٹاتے رہے۔ حتیٰ کہ عید الاضحیٰ کا تیسرا دن آیا تو مجھے سید عبداللہ برناوی نے فرمایا کہ اے عبدالعزیزؒ آج سے پہلے تو مجھے تمہارے متعلق اندیشہ تھا مگر آج چونکہ حق تعالیٰ شانہ نے تم کو اپنی رحمت کاملہ یعنی آقائے نامدار سید الوجود ﷺ سے ملا دیا۔ اس لئے میرا دل مطمئن ہو گیا اور اب تم کو اللہ تعالیٰ کی امان میں دے کر رخصت ہوتا ہوں چنانچہ مجھے چھوڑ کر وہ اپنے وطن چلے گئے۔ (فضائل درود)

کیا دبلا پن حسن وصحت کی علامت ہے؟

اشتہاروں کا اثر قبول کرنے والی لڑکیوں نے کھانا پینا چھوڑ دیا ہے۔ وہ لاغر ہونے کے باوجود مزید دبلا ہونا چاہتی ہیں اور اس طرح اپنی صحت کو ناقابل تلافی نقصان پہنچالیتی ہیں

(تحریر: ڈاکٹر فرحت قدیر۔ سکھر)

اخبارات ورسائل میں جو اشتہارات شائع ہورہے ہیں۔ ان میں مرکزی کردار والی لڑکی کو بے حد نازک اور دبلا پتلا دکھایا جاتا ہے۔ ان اشتہاروں کو دیکھنے والی عام لڑکیاں ان دبلی پتلی خواتین کو قابل تقلید یا اپنے لیے ایک بہترین مثال سمجھتی ہیں اور یہ چاہتی ہیں کہ اتنی دبلی ہوجائیں کہ کوئی پھونک مارے تو اڑ جائیں۔ دبلا ہونے کے لیے وہ لاکھ جتن کرتی ہیں۔ بعض ایسی بھی ہیں جو اپنی غذا کو گھٹاتی چلی جاتی ہیں۔ اور بالآخر Anorexia یعنی بے اشتہائی یا عدم اشتہا کے مرض میں مبتلا ہوجاتی ہیں۔ مطلب یہ ہے کہ وہ اپنے آپ کو کم خوراک کا اس قدر عادی بنالیتی ہیں کہ بھوک ختم ہی ہو جاتی ہے۔ مغربی ممالک کی خواتین میں یہ مرض بڑھتا جارہا ہے۔ چنانچہ برطانیہ کے ماہرین صحت نے سخت پریشانی کے عالم میں ابلاغ عامہ کے کارکنوں سے دردمندانہ اپیل کی ہے کہ وہ قومی مفاد کو پیش نظر رکھتے ہوئے کچھ تندرست وتوانا بلکہ مائل بہ فربہی لڑکیوں کو اپنے اشتہاروں میں پیش کریں تاکہ عام لڑکیوں کے ذہن سے یہ بات نکل جائے کہ بس سارا حسن دبلے پن ہی میں چھپا ہوا ہے۔

ان ماہرین صحت کا کہنا ہے۔ کہ دنیا میں مختلف جسامت کی عورتیں ہوتی ہیں، جو اپنی اپنی جگہ خوبصورت اور پرکشش بھی ہوتی ہیں، لیکن یہ اشتہار والے بس دبلی پتلی اور لاغر لڑکیوں کو ہی اپنے اشتہاروں میں جگہ دے کر یہ ظاہر کرنے پر تلے ہوئے ہیں کہ سارا حسن دبلے پن میں ہی ہے۔ نتیجہ یہ ہے کہ اشتہاروں کا اثر قبول کرنے والی لڑکیوں نے کھانا پینا چھوڑ دیا ہے۔ وہ لاغر ہونے کے باوجود مزید دبلا ہونا چاہتی ہیں اور اس طرح اپنی صحت کو ناقابل تلافی نقصان پہنچالیتی ہیں۔

عدم اشتہاء کی بیماری صرف جسمانی نقصان تک محدود نہیں رہتی بلکہ رفتہ رفتہ اس کے نفسیاتی اثرات کو بھی مرتب ہوتے ہیں۔ ایک طرف تو جسم لازمی غذائی اجزاء اور عناصر سے محروم ہونے کے باعث مختلف عارضوں میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ اور دوسری طرف رفتہ رفتہ اس خود کردہ خرابی کا اثر مسلسل ذہن پر طاری رہتا ہے۔ عدم اشتہا سے پیدا شدہ عارضوں کی وجہ سے سماجی اور گھریلو زندگی مسائل کا شکار ہو جاتی ہے۔ جس کا نتیجہ کبھی لوگوں اور سماجی سرگرمیوں سے قطع تعلق، کبھی طلاق اور کبھی خودکشی کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔ ابلاغ عامہ سے ماہرین صحت کی اپیل کو برطانیہ کے بااثر حلقوں کی حمایت حاصل ہے اور وہ سب اس بات سے متفق ہیں کہ اشتہاروں میں جسم کی صرف ایک ساخت کے بجائے ہر طرح کے جسم والوں کو حصہ ملنا چاہئے۔

ادھر ایک تحقیقی جائزے میں یہ بتایا گیا ہے کہ نوجوان لڑکیاں اس لیے تمباکونوشی کرتی ہیں کہ وہ موٹی نہ ہونے پائیں۔ جائزے کے مطابق صرف ایک فی صد لڑکیاں ایسی ہیں جو اپنی ساتھیوں کی دیکھا دیکھی یا سماجی مقبولیت کی خاطر تمباکونوشی کرتی ہیں جب کہ ۳۰ فی صد کا خیال یہ ہے کہ وہ اگر تمباکونوشی ترک کریں گی تو موٹی ہوجائیں گی۔ برطانیہ کے کینسر ریسرچ کمیشن کی جانب سے تیار کردہ اس تحقیقی جائزے سے پتا چلتا ہے کہ لڑکیوں کو تمباکونوشی ترک کرنے پر آمادہ کرنا اتنا آسان نہیں جتنا کہ عام طور پر سمجھا جاتا تھا اور اس کی خاص وجہ یہی ہے کہ لڑکیاں دبلا ہونے پر تلی ہوئی ہیں۔ غذائی بیماریوں کے ایک ماہر نے جن کا تعلق لندن کے سینٹ جارجز ہسپتال سے ہے، خیال ظاہر کیا کہ گو لڑکیوں کا یہ تجربہ اہم ہے کہ تمباکونوشی وزن کم کرنے میں مدد دیتی ہے، لیکن اس حقیقت سے انکار نہیں ہوسکتا کہ تمباکونوشی کے طویل المیعاد اثرات تباہ کن ہوتے ہیں۔ لڑکیاں یہ بات جانتی ہیں کہ اگر وہ تمباکونوشی ترک کردیں گی تو ان کی صحت بہتر ہو جائے گی۔ تحقیقی جائزہ تیار کرنے والے سائنس دانوں نے برطانیہ میں دو ہزار اور کینیڈا میں آٹھ سو نوجوان لڑکیوں سے سوالات کیے۔ ان میں سے مجموعی طور پر ۲۰ فی صد لڑکیاں تمباکونوشی کررہی تھیں۔ پندرہ سولہ سال کی ایک چوتھائی لڑکیاں تمباکونوشی کرتی تھیں اور ان میں یہ عادت دوسری عمر کی لڑکیوں کی نسبت زیادہ پختہ تھی۔ وزن کے اعتبار سے دیکھا گیا تو پتہ چلا کہ تمباکونوشی کا سب سے زیادہ تناسب (تیس فی صد) ان لڑکیوں میں تھا جن کا وزن ذرا زیادہ تھا۔

یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ لڑکیاں عام طور سے تمباکونوشی کی ابتداء اس وقت کرتی ہیں کہ جب انہیں ماہواری کا سلسلہ شروع ہوتا ہے۔ تحقیق کے مطابق اس کی وجہ بظاہر یہ ہے کہ ماہواری کے آغاز کے وقت ان کے جسم میں جو قدرتی تبدیلی آتی ہے اسے وہ مٹاپا سمجھتی ہیں۔ سینٹ جارجز ہسپتال کے ماہر پروفیسر آرتھر کرسپ کو بھی ایسے شواہد ملے ہیں جن کے مطابق تمباکونوشی سے وزن کم کرنے میں مدد ملتی ہے۔ تمباکونوشی کرنے والی لڑکیوں کا وزن عام طور سے سن بلوغ کے دوران کم ہوتا ہے۔

تحقیقی جائزے کے دوران لڑکیوں سے جب پوچھا گیا کہ وہ تمباکونوشی کیوں کرتی ہیں تو زیادہ لڑکیوں نے مبہم قسم کی باتیں کیں مثلاً کچھ کا جواب یہ تھا: ''بس ہمیں اچھی لگتی ہے۔'' کچھ نے کہا: ''اس سے ہمیں سکون ملتا ہے۔'' کچھ نے جواب دیا: ''یہ ہے ہی پینے والی چیز!'' جب ان لڑکیوں سے کہا گیا کہ کوئی ٹھوس بات کریں تو اکثریت نے کہا وہ کھانا کم کھانے کے بجائے تمباکونوشی کرتی ہیں یا وہ بھوک کم کرنے کے لیے تمباکونوشی کرتی ہیں۔ پروفیسر کرسپ نے بتایا کہ انہیں اس بات سے تشویش ہے کہ بہت سی ایسی لڑکیاں جو ٹھیک ٹھاک نظر آتی ہیں، اپنے موٹاپے سے پریشان ہیں۔ انہیں خواہ مخواہ اپنے موٹاپے کی فکر ہے۔ اور یہ پریشانی بھی ہے کہ کہیں ان کی غذا ان کے قابو سے باہر نہ ہوجائے۔ وہ اپنے وزن کو قابو میں رکھنے کے لیے سگرٹ پی رہی ہیں، لیکن انہیں یہ خیال نہیں کہ پیسہ پھونک کر وہ اپنی زندگی ختم کررہی ہیں۔

سچائی سے بچو

افلاطون سچائی کی فضیلت بیان کررہا تھا۔ ''سچائی اور سچ کی عظمت سے کون انکار کرسکتا ہے۔ لیکن ایک ایسی سچی بات بھی ہے جس سے انسان کو بچنا چاہئے۔'' ایک شاگرد نے سوال کیا۔ ''سچی بات سے پرہیز کیا معنی؟'' افلاطون نے کہا۔'' ہاں، وہ سچی بات ہی ہے اور وہ ہے اپنی تعریف اور ستائش۔ گو کہ تم میں وہ تمام خوبیاں اور اوصاف موجود ہی کیوں نہ ہوں جن کا تم اظہار کررہے ہو۔

(مرسلہ: رفعت خانم۔۔۔ فیصل آباد)

ملحوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہوسکتی ہے، آپ کے مشکور ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین)

عبقری کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ''عبقری'' کے پکوان میں ضرور بھیجیں

گولڈن چکن

اشیاء: سالم مرغ یا اس کے چند پیس، انڈے ۲ عدد، ادرک کی پیسٹ ۲ چائے کے چمچ لہسن کی پیسٹ ا چائے کا چمچ، نمک 1/2 ،1 چائے کے چمچ، دار چینی ایک انچ کا ٹکڑا، لونگ ۲ یا ۳ عدد، سبز مرچیں ۲ عدد، دھنیا کے پتے ۲ عدد، تیل تلنے کیلئے مناسب مقدار میں۔

ترکیب: مرغ پر نمک، ادرک اور لہسن کی پیسٹ ملیں، اور ایک فرائی پین یا برتن میں ڈال کر آگ پر چڑھا دیں، دار چینی بھی ڈال دیں، لونگ بھی اور دو کپ پانی بھی، تھوڑی دیر بعد سبز مرچیں اور دھنیا بھی ڈال دیں۔ جب پانی خشک ہو جائے اور مرغ گل جائے، اسے آگ پر سے اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے دیں۔ انڈوں کو ایک برتن میں پھینٹ لیں۔ پکے ہوئے مرغ پر اس آمیزے کو۔ سفیدی و زردی کے آمیزے کو ملیں۔ سنہری رنگت کی حد تک فرائی کریں جسے گولڈن براؤن کلر کہتے ہیں۔

ریشمی قیمہ

اشیاء: بکرے کا گوشت بغیر ہڈی کے ٹکڑوں میں 1/4 کلو، ادرک کی پیسٹ 1/2 چائے کا چمچ لہسن کی پیسٹ 1/2 چائے کا چمچ، سوکھا دھنیا پیا ہوا ا چائے کا چمچ، گھی فرائی کرنے کیلئے مناسب مقدار میں۔

ترکیب: گوشت کے باریک ٹکڑوں کو برتن میں ڈال لیں ساتھ ہی ادرک اور لہسن بھی اور ایک کپ پانی بھی ڈال لیں۔ اتنا پکائیں کہ گوشت گل جائے اور پانی کا قطرہ بھی نہ رہے۔ اس مرکب کو اب پتھر کی سل پر انڈیل کر پیس یہاں تک کہ اس کی شکل ایسی ہو جائے جیسی شامی کبابوں والے مرکب کی ہوتی ہے مگر ہرگز زیادہ نہ پیسیں بلکہ اس کے درمیان والی صورت ہو۔ اس پر نمک، دھنیا، مرچوں کا سفوف یعنی پسی ہوئی لال مرچوں کا سفوف چھڑک دیں اور گرم گرم گھی میں فرائی کریں۔ ناشتہ کیلئے پراٹھوں کے ساتھ ایک بہترین غذا ہے جو کہ لذیذ، بہت ہی زیادہ ہے۔

سنگاپوری چکن کڑاہی

اشیاء: مرغی کا گوشت دو پونڈ، پیاز ایک پاؤ، ٹماٹر ایک پاؤ، لہسن ایک گانٹھ، گھی ۱۰ اونس، دھنیا ایک چھچ، لونگ دس عدد، سرخ مرچیں ۴ عدد، ہلدی نمک حسب ذائقہ، الائچی ۸ عدد۔

ترکیب: سارے مصالحوں کو رات بھر پانی میں بھیگا رہنے دیں، پکانے سے پہلے پیس لیں۔ دیگچی میں بھی گھی گرم کر کے پیاز اور لہسن سرخ کر لیں۔ اس کے بعد گوشت ڈال کر اتنا بھونیں کہ وہ سرخ ہو جائے پھر ٹماٹر ڈال دیں جب اچھی طرح پک جائے تو نمک اور باقی مسالے ڈال دیں۔ اب دیگچی کو اچھی طرح ڈھک کر دھیمی آنچ پر پکنے دیں۔ تقریباً بیس منٹ تک پکنے دیں۔ گل جانے پر اتار لیں۔ بہت لذیذ چکن کڑاہی ہوگی۔

ناگ پھنی، توانائی اور صحت بخش پھل

(عظمت اللہ خان نیازی۔۔ ایبٹ آباد)

محترم حکیم طارق محمود عبقری مجذوبی عبقری صاحب السلام علیکم! میں ماہنامہ ''عبقری'' سے بہت زیادہ متاثر ہوں۔ اور بڑی بے تابی سے آپ کے ماہنامہ کا انتظار کرتا ہوں۔ میں اپنے دوست قارئین کے لیے ایک پھل کے متعلق تحریر بھیج رہا ہوں۔ امید ہے قارئین اس پھل سے بھرپور فائدہ اٹھائے گے۔

اس کے پتے ناگ کی طرح ہوتے ہیں اسی لیے اسے ناگ پھنایا ناگ پھنی کہتے ہیں اسکو انگریزی میں کیکٹس (Cactus) کہتے ہیں۔ اسکی بے شمار قسمیں ہوتی ہیں۔ انہیں تھوہر بھی کہا جاتا ہے۔ بعض علاقوں میں انھیں سینڈھ بھی کہتے ہیں۔ اسکے موٹے خاردار پتے کی شکل چپل کیطرح ہوتی ہے۔ ناگ پھنی میں پھل لگتا ہے۔ تقریباً ٹماٹر جیسا، جو پک کر گہرا جامنی ہو جاتا ہے۔ اس کا مزہ کھٹ مٹھا ہوتا ہے۔ اس پر باریک کانٹے ہوتے ہیں۔ جو گرم راکھ میں ڈالنے سے ختم ہو جاتے ہیں۔ مدراس، راجپوتانہ اور میسور وغیرہ میں اسے بطور دوا سوزاک کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ اسکے استعمال سے سوزاک کے جراثیم ختم ہو جاتے ہیں۔ پختہ پھل کھانے سے سرخ رنگ کا پیشاب آتا ہے۔ یہ پھل ورزش کرنیوالوں کا بہترین دوست ثابت ہوتا ہے، کیوں کہ اس کے استعمال سے تھکن کا احساس کم ہوتا ہے۔ اس کا استعمال خاص طور پر جلد کی سوجن کے امراض، آنکھوں کے ورم، آنتوں کی سوجن، جوڑوں کے ورم کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ ایک محقق نے اس کا مربہ تیار کر لیا ہے جو دیگر پھلوں کی طرح بنایا جاتا ہے۔ اس کے استعمال سے کھلاڑی مستفید ہو سکتے ہیں اس سے توانائی بڑھتی ہے۔ ناگ پھنی کا پھل زہریلے اثرات سے پاک ہے اور اسکے استعمال سے کسی قسم کے مسائل پیدا نہیں ہوتے۔ ہاں یہ ضروری ہے کہ اسے عام جام اور جلیبیوں کی طرح تھوپ تھوپ کر نہ کھایا جائے، بس کھانے کے ایک یا دو چمچے ہی کافی ہے۔

اولیاء کے مستند وظائف وعملیات

محبوب الٰہی سلطان المشائخ خواجہ نظام الدین اولیاءؒ

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

دشمن بال بیکا نہ کر سکیں گے:

سلطان المشائخ حضرت نظام الدین اولیاءؒ نے فرمایا، کہ حضرت حسن بصریؒ نے سورۂ مزمل کی تفسیر میں لکھا ہے کہ، جو شخص اس سورت کا ورد رکھتا ہو، اسے لاکھ دشمن، حاسد، جادو گر، ظالم اور بدخواہ تکلیف پہنچانا چاہیں اس کا بال بیکا نہیں کر سکتے۔ سب مغلوب ہو جائیں گے۔

قید سے نجات:

حضرت خواجہ محبوب الٰہی قدس سرہ، فرماتے ہیں، کہ شیخ سلیمان سمرقندیؒ بہت بڑے بزرگ تھے، آپ کو حاکم وقت نے قید کر دیا، اور سر سے پاؤں تک آہنی زنجیروں میں جکڑ دیا۔ آپ فرماتے ہیں، مجھے سورۂ مزمل یاد آئی، فوراً پڑھنی شروع کی، ابھی ختم بھی نہ کر پایا تھا کہ تمام ہتھکڑیاں، بیڑیاں اور طوق ٹوٹ کر گر پڑے۔

جو رنج و بلا دور نہ ہوتا ہو:

اگر کوئی شخص کسی ایسے رنج و بلا میں گرفتار ہو، جو کسی طرح دور نہ ہوتا ہو، تو جمعہ کے روز عصر کی نماز سے لیکر مغرب تک کوئی کام نہ کرے۔ فقط ان تین اسماء کو پڑھتا رہے:

﴿ یَااَللّٰہُ ، یَا رَحْمٰنُ ، یَا رَحِیْمُ ﴾

ضرور بالضرور اس رنج و بلا سے نجات پائے گا۔

سورۂ یسین کی خاصیت:

امام ناصریؒ (مفسر قرآن) ایک دفعہ بیمار ہو گئے۔ سکتہ ہو گیا۔ متعلقین میت سمجھ کر دفن کر آئے۔ جب رات ہوئی۔ ہوش آیا، تو اپنے آپ کو قبر میں دیکھ کر بہت گھبرائے۔ اسی اضطراب کی حالت میں انہیں یاد آیا،

(بقیہ صفحہ نمبر 13 پر)

شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

لین دین میں دغا دوسرے کو نہیں خود کو ہی خسارہ میں رکھنا ہے (حضرت وارث شاہؒ)

صحابیؓ جن سے انوکھی ملاقات

ایک بہت ہی بوڑھا جن کھڑا ہوا اس نے کہا یہ امام صاحب ٹھیک کہہ رہے ہیں۔ جب آنحضرت ﷺ نے یہ بات فرمائی تھی تو میں وہاں موجود تھا

میمونہ سلیم ۔ بہاولپور

یہ واقعہ جو میں لکھ رہی ہوں بالکل حقیقت پر مبنی ہے۔ اور یہ ہمارے دادا جان نے ہمیں سنایا ہے۔ میرے دادا جان کی ابھی نئی نوکری لگی تھی اور وہ اپنے آبائی گاؤں میں رہتے تھے۔ گاؤں تو نہیں قصبہ کہہ لیں۔ میرے دادا جان شروع ہی سے نماز کے پابند تھے۔ دین کے کاموں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لینے والے اور مسجد میں درس وتدریس سننے والے۔ باقاعدگی سے نماز پڑھنے کی وجہ سے مسجد کے امام کے ساتھ دوستی ہوگئی۔ نماز سے فراغت کے بعد کوئی نہ کوئی بات آپس میں ڈسکس کر لیتے تھے۔ اسی طرح باتوں کے دوران امام صاحب نے کہا کہ عطا صاحب آج میں آپکو ایک سچا واقعہ سناتا ہوں کہ ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ میں نماز پڑھ کر فارغ ہوا۔ جب سب نمازی چلے گئے اور آخر میں ایک نمازی رہ گیا۔ نمازی نے کہا کہ ایک مسئلہ دریافت کرنا ہے۔ میں نے کہا کہ پوچھو لیکن نمازی نے کہا آپکو ذرا زحمت دینا ہوگی۔ آپ کو میرے ساتھ چلنا ہوگا۔ وہ مجھے ساتھ لے کر چل پڑا۔ وہ آگے آگے میں پیچھے پیچھے۔ چلتے چلتے ایک میدان آگیا۔ وہاں پر قناتیں لگی ہوئی تھیں۔ بہت سے لوگ بیٹھے تھے۔ ایسے جیسا کہ کوئی عدالت لگی ہوئی ہو۔ کوئی دربار لگا ہوا ہو۔ لیکن دروازے پر پہنچ کر نمازی نے کہا کہ آپ گھبرائیں نہیں ہم جنات قوم سے ہیں اور ہم کو ایک مسئلہ درپیش ہے۔ خیر امام صاحب اندر چلے گئے۔ سب لوگ (جنات) کھڑے ہوگئے۔ عزت کے ساتھ عدالت لگی ہوئی تھی۔ سامنے کرسی پر جج بیٹھا ہوا تھا۔ اور مجرم کے کٹہرے میں ایک شخص کھڑا تھا اور سامنے ایک لاش پڑی ہوئی تھی۔ جو کہ چادر سے ڈھکی ہوئی تھی خیر انہوں نے امام صاحب کو تعظیم کے ساتھ بٹھایا اور مسئلہ بیان کیا کہ یہ سامنے جو لاش آپ دیکھ رہے ہیں، ایک جن کی ہے۔ اور سامنے کٹہرے میں جو شخص کھڑا ہے یہ ایک انسان ہے۔ سامنے مرنے والے جن کے بوڑھے والدین بیٹھے ہیں۔ اس انسان کا کہنا ہے کہ وہ نماز پڑھ کر مسجد میں کھڑا تھا۔ جب سب نمازی چلے گئے اس نے صفیں لپیٹیں تو صفوں میں ایک سانپ نکلا اس نے سوچا کہ کہیں یہ سانپ کسی کو ڈس نہ لے۔ اس نے لاٹھی اٹھا کر سانپ کو مار دیا۔ سانپ کو مارنا تھا کہ وہ خود غائب ہوگیا۔ انسان کا کہنا ہے کہ میں نے ایک سانپ کو مارا ہے، جن کو نہیں، جبکہ جن کے والدین کہتے ہیں کہ اس نے ہمارے بیٹے کو مارا ہے۔ ہم کوئی فیصلہ نہیں کر پا رہے۔ نہ وہ اپنے موقف سے ہٹتے ہیں اور نہ ہی والدین کہتے ہیں کہ ہم اس کو چھوڑیں گے۔ خون کا بدلہ خون، ہم بھی اس انسان کو مار دیں گے۔ امام صاحب نے غور سے دونوں کی باتیں سنیں پھر اس نے ایک حدیث پڑھی۔ ''کہ جن جو شکل اختیار کریں گے ان کو ویسے ہی مانا جائے گا نہ کہ جن''

لہٰذا اس نے سانپ کو مارا ہے اس کو یہ معلوم نہیں تھا کہ یہ ایک جن ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا تھا کہ جن جو شکل اختیار کرے گا اس کو وہی سمجھا جائے گا۔ لہٰذا اس انسان کا کوئی قصور نہیں ہے۔ یہ بات سن کر مجمع میں سے ایک بہت ہی بوڑھا جن کھڑا ہوا اس نے کہا یہ امام صاحب ٹھیک کہہ رہے ہیں۔ جب آنحضرت ﷺ نے جب یہ بات فرمائی تھی تو میں وہاں موجود تھا۔ آپ ﷺ نے فرمایا تھا کہ جن جو شکل اختیار کرے گا اس کو وہی سمجھا جائے گا۔ جنوں کی چونکہ عمریں بہت لمبی ہوتی ہیں۔ لہٰذا بات کی تصدیق اور گواہی کی صورت میں فیصلہ انسان کے حق میں سنایا گیا اور عدالت کے جج نے امام صاحب کا شکریہ ادا کیا اور کہا آپ نے ایک حدیث سے ہمارا اتنا بڑا مسئلہ حل کر دیا۔ ہم کو تین دن ہوگئے تھے کہ ہم کوئی فیصلہ نہیں کر پا رہے تھے۔ پھر امام صاحب کو وہی نمازی جن باعزت کے ساتھ رخصت کرنے آیا۔ جونہی باہر قدم رکھا۔ تو ایک دم سب منظر سے غائب ہوگیا۔ نہ وہ عدالت تھی، نہ قناتیں۔ کچھ بھی وہاں نہ تھا۔ میدان صاف تھا۔ پھر امام صاحب واپس مسجد آگئے۔ جبکہ وہ انسان جب گھر پہنچا تو گھر والوں کو واقعہ سنایا کہ اس کو جن اٹھا کر لے گئے تھے۔ اور تین دن تین راتیں جنوں کے ساتھ گزار کر آیا ہے۔ گھر والوں نے اس کی بات پر یقین نہ کیا۔ گھر والے بھی ڈھونڈ کر پریشان تھے کہ نماز پڑھنے تو مسجد گیا تھا پھر کہاں چلا گیا؟

اس کے بعد امام صاحب نے دادا جان کو تمام واقعہ سنایا اور دادا جان بہت حیران ہوئے۔ چونکہ امام صاحب نے ایک بوڑھے گواہ جن کو دیکھا تھا۔ بوڑھے جن نے ایمان کی حالت میں حضور ﷺ کو دیکھا تھا۔ وہ جن صحابیؓ کہلایا۔ دادا جان نے یہ سچا واقعہ بچپن میں سنایا تھا لیکن آج تک نہیں بھولا اور یہ واقعہ پاکستان بننے سے ذرا قبل کا ہے۔

(بقیہ: قبر کشائی نے رازوں سے پردہ اٹھایا)

ایک نمازی کی قبر کا حال :۔

ڈاکٹر صاحب نے ایک اور قبر کشائی کا حال بتایا جس میں قبر میں بدبو اور کیڑے تھے۔ میت کو نکالتے وقت رسیوں اور لکڑیوں کا استعمال کیا گیا۔ اس عمل میں ساتھ والی قبر کی دیوار کی کچھ اینٹیں گر گئیں۔ تو وہاں سے تیز فرحت بخش خوشبو آنی شروع ہوگئی جس کی وجہ سے پہلی قبر کی بدبو ہم سب بھول گئے۔ پوسٹ مارٹم کے بعد اس میت کو زمین کے حوالے کر کے، خوشبو دینے والی قبر کی جستجو میں لگ گئے۔ خوشبو والی قبر 60 سال پرانی تھی، جیسے کہ قبر کے کتبے سے ظاہر تھا۔ لوگوں نے بتایا کہ اس قبر والے کا یہ عمل تھا کہ وہ صالح آدمی تھا اور نماز کا پابند تھا۔ کوئی آدمی بھی اس خوشبو والی قبر کی شکایت نہیں کر رہا تھا۔

شہید عورت کی قبر کشائی :۔

بند بوسن کی رہنے والی شادی شدہ عورت کو دفن کرنے کے 3 ماہ بعد قبر کشائی کی۔ قبر کشائی کے وقت قبر والی عورت کی ماں ہاتھ جوڑ کر فریاد کر رہی تھی کہ دشمنوں نے اس کی لڑکی کو مار ڈالا ہے۔ قبر والی کو اس کا خاوند اچھا نہیں سمجھتا تھا کیونکہ اس کے دوسری عورت کے ساتھ تعلقات تھے۔ چنانچہ کسی طریقہ سے مرحومہ کو مار کر رات کے وقت دفن کرا دیا اور رشتہ داروں میں مشہور کر دیا کہ اس کو سر درد اور بخار ہوا جس میں وہ مرگئی۔ اندھیری رات اور گھر دور ہونے کی وجہ سے دوسرے رشتہ داروں کو اطلاع نہ کر سکے۔ جب قبر کو کھولا گیا تو خوشبو سے بھری ہوئی تھی۔ نعش بالکل تازہ تھی، جسم کے تمام حصے ٹھیک تھے۔ مہندی لگی ہوئی تھی حتیٰ کہ سر کے بالوں کی مانگ ویسے ہی تھی۔ اس قبرستان میں کھجور کے درخت تھے۔ کھجور کے درخت کی دو جڑیں مرحومہ کے منہ کے اوپر آ کر وقفہ وقفہ کے بعد ایک قطرہ سفید پانی کا منہ میں ڈال رہی تھیں۔ یہ منظر سب نے دیکھا اور یقین کرلیا کہ یہ بی بی تو شہید ہے، اس کے رزق کا بھی بندوبست ہو رہا ہے۔ بڑا مسئلہ یہ تھا کہ میت کو کیسے باہر نکال کر پوسٹ مارٹم کیا جائے؟ ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ مرحومہ کی قبر کو پاؤں کی طرف سے بڑا کر کے اس کو نکال کر چیر پھاڑ کرنے کے بعد واپس اسی جگہ پر رکھ دیا جائے۔ سب عمل مکمل کرنے کے بعد جب مرحومہ کا منہ جڑوں کے نیچے آیا تو سفید قطرے اس کے منہ میں گرنے شروع ہوگئے۔ سب حاضرین نے کلمہ شہادت، درود شریف پڑھ کر مرحومہ کو ہدیہ کیا اور قبر کو بند کر دیا۔

اطاعت باری تعالیٰ اتنی زیادہ کر جتنی کہ تجھے اس کے ساتھ احتیاج ہے (خلیفہ ہارون الرشید)

عورت نماز میں سائنسی صحت پا سکتی ہے

قرآن سے نکلا ہوا لفظ مثبت ہوتا ہے اور مقتدیوں پر جب یہ مثبت اثرات (لہریں) پڑیں گی تو ان کے اندر بے شمار امراض ختم ہوں گے

امام کی تلاوت اور جدید سائنس

امام جب تلاوت کرتا ہے اور مقتدی دھیان کے ساتھ اور توجہ کے ساتھ سنتے ہیں اور اس پڑھنے اور سننے کے عمل کے درمیان ایک خاص قسم کی لہریں (Rays) پیدا ہوتی ہیں اور یہ لہریں دونوں کے درمیان انوارات منتقل کرتی ہیں۔ اگر ان میں امام کی برقی قوت (Potential Power) تیز اور زیادہ ہوتی ہے تو وہ مقتدیوں میں منتقل ہوتی ہے اور اگر برقی قوت مقتدیوں کی زیادہ قوی ہوتی ہے تو امام میں منتقل ہوتی ہے۔ ماہر روحانیات لیڈ بیٹر لکھتا ہے کہ ''ہر لفظ ایک یونٹ ہے اس سے ایک تیز روشنی نکلتی ہے جو مثبت (Positive) اور منفی (Negative) ہوتی ہے۔ قرآن سے نکلا ہوا لفظ مثبت ہوتا ہے اور مقتدیوں پر جب یہ مثبت اثرات (لہریں) پڑیں گی تو ان کے اندر بے شمار امراض ختم ہوں گے۔ (بحوالہ ''من کی دنیا'' ڈاکٹر غلام جیلانی برق)

خون کے سرخ ذرات تحقیق کے مطابق غیر مرئی (Invisible) اثرات سے ٹوٹتے رہتے ہیں اور اکثر اس کے ٹوٹنے کے عوامل بڑھ جاتے ہیں جبکہ نماز میں تلاوت کی لہریں اس مرض سے بہت محفوظ رکھتی ہیں الا ماشاء اللہ۔

☆ نفسیاتی امراض (Pcshylogical Diseases) فی زمانہ انسان کے لئے وبال جان ہیں اور ان سے بچاؤ صرف اور صرف یہی ہے کہ ایسی لہروں کو اپنے اندر منتقل کیا جائے۔

حتیٰ کہ ڈپریشن (Depression)، بے چینی (Anxiety) جیسے امراض اس محفل نماز سے ختم ہو جاتے ہیں اور اگر دھیان، خشوع وخضوع زیادہ ہو تو ان امراض کا بالکل خاتمہ ہو جاتا ہے ورنہ عام نمازی کیلئے یہ مرض کم ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ خودکشی کے رجحان ذہنی سطح سے کم ہو کر ڈھل جاتے ہیں۔

خواتین کی نماز اور سائنسی حقائق

عورتوں کو شرعی حکم ہے کہ وہ سجدے میں کہنیوں کو نہ پھیلائیں بلکہ کہنیاں بدن کے ساتھ لگی رہیں۔ ایسا کرنے سے عورتوں کے اعصاب، دودھ پیدا کرنے والے غدود، سینے کے اعصاب اور حسن نسواں پر بہت گہرے اثرات پڑتے ہیں۔ یہی کیفیت سجدے میں رانوں کو جدا نہ کرنے کی ہے کیونکہ اگر عورت شرعی حکم کے مطابق سجدہ کرے گی تو وہ بے شمار نسوانی امراض سے محفوظ رہے گی۔ ورنہ ایسے پوشیدہ نسوانی امراض پیدا ہوتے ہیں جو زندگی کیلئے وبال جان بن جاتے ہیں۔

نوکری مل گئی

(انیس فاطمہ۔۔۔گوجرانوالہ)

محترم حکیم طارق صاحب السلام علیکم!

کے بعد عرض ہے میں ماہنامہ ''دل وجان'' سے پسند کرتی ہوں۔ اور اللہ سے دعا گو ہوں اللہ اس کو دن دگنی رات چوگنی ترقی عطا فرمائے۔ میں ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے ایک آزمودہ وظیفہ لکھ رہی ہوں۔ آج سے دو سال پہلے کی بات ہے میرے گھر میں سبزی ترکاری کے لیے بھی پیسے نہیں تھے۔ بچے کمزور، میاں کے پاس اتنی رقم نہیں تھی کہ کوئی چھوٹا موٹا کاروبار کرسکیں اور نہ ہی کوئی نوکری ملتی تھی۔ پھر ایک اللہ کی بندی نے مجھے یہ تسبیح پڑھنے کو بتائی کہ پانچوں نمازوں میں سے کوئی ایک نماز کے بعد کا ٹائم رکھ لو اور 40 دن تک اسی وقت پڑھو۔ میں نے عصر کی نماز کے بعد کا ٹائم رکھتا اور تسبیح پڑھنا شروع کی۔ کچھ دن کے بعد میرے میاں کو پڑول پمپ پر نوکری مل گئی۔ تسبیح یہ تھی سورہ یسٰین کی سب سے آخری لائن کے اوپر والی لائن یعنی۔ **انما امروہ** سے لیکر آیت نمبر 81 **کن فیکون** تک، ایک تسبیح یعنی 100 دفعہ 40 دن تک پڑھی، انکی نوکری لگ گئی۔

نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین ''ماہنامہ عبقری'' خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے مزین ہے۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب' ادویات اور رسالہ VP (وی پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، منگوانے والے اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔ قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ عبقری کو پہنچتا ہے حتیٰ کہ ہم سوچنے پر مجبور ہو گئے ہیں کہ آئندہ VP کی سہولت ختم کر دی جائے بلکہ عرض کیا جائے کہ پہلے رقم بھیجیں پھر ہم آپ کا آرڈر پوسٹ کریں گے۔ لہٰذا درخواست ہے اگر آپ VP منگوائیں تو اسے وصول ضرور کریں ورنہ آپ عبقری کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔

ترشادہ پھل کینسر کے مرض کو روکتا ہے

آیئے ہم بھی اس نعمت سے فائدہ اٹھائیں اور اس سائنسی تحقیق کی قدردانی کریں۔

(مرسلہ: اطہر حسین چوہدری۔۔۔سرگودھا)

سائنسی دنیا میں یہ اظہار کیا جاتا ہے کہ جب بھی آپ اپنے لئے پھلوں اور سبزیوں کا انتخاب کریں تو اس میں ترشادہ (سٹرس) کی موجودگی لازمی ہونی چاہیے۔

ترشادہ (Citris) پھل خاص کر مردوں میں پراسٹیٹ کے مرض کی شکایات کو کم کرتا ہے اور یہ وہ مرض ہے کہ ترقی یافتہ ممالک میں مہلک امراض میں نمبر 2 پر ہے۔ ماہرین خوراک بار بار یہ تاکید کر رہے ہیں کہ ایسی غذائیں استعمال کریں جو ہماری صحت کے لیے مفید ہوں۔ ماہرین کے مطابق انہوں نے اچھی اور بری غذاؤں میں تفریق کر رکھی ہے۔ بعض غذاؤں کے سلسلہ میں یہ دعویٰ کیا جاتا ہے وہ کہ نہ صرف آپکو تندرست رکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں بلکہ آپکو موذی امراض سے بھی بچاتی ہیں۔ بعض رسائل میں بغیر کسی تحقیق کے غذاؤں کو اچھے برے گروہوں میں تقسیم کر دیا جاتا ہے۔ آج کل اینٹی تکسیدی مرکبات اور کولیسٹرول کو کم کرنے والی غذاؤں کا بڑا چرچا ہے اور بعض دفعہ حقیقت سے ان کا کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ سیب کے متعلق یہ کہا جاتا ہے کہ یہ بیماریوں سے روکتا ہے۔ اس کی جگہ گریپ فروٹ یا جوس اورنج کے استعمال سے آپ کے جسم میں کینسر کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔ کیا اس چیز کو آپ کا دل مانتا ہے؟ برطانیہ کے کینسر ریسرچ انسٹیٹیوٹ نے یہ دعویٰ کیا ہے کہ مختلف غذاؤں کے استعمال سے پراسٹیٹ کینسر پر مختلف اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ ابھی تک اس میں واضح طور پر ثبوت میسر نہیں آئے اور جو کچھ تحقیقات سے معلوم ہوا ہے ان کو اگر اکٹھا کیا جائے تو اس کے حق میں کچھ دلائل ملتے ہیں۔ امریکہ میں کی گئی تحقیق جو کہ جون کے جرنل آف ایگری کلچر اینڈ فوڈ کیمسٹری میں شائع ہوئی ہے۔ اس میں یہ واضح طور پر کہا گیا ہے۔ کہ سٹرس میں پائے جانیوالی سٹرس پکٹین حقیقت میں ایک نشاستہ دار مرکب ہے جو کہ درختوں سے حاصل کیا جاتا ہے

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

تیرے سب سے بڑے دشمن تیرے برے ہم نشین ہیں (حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ)

کامیابی کی اونچی چوٹی پر پہنچنے کے بھید

اعتماد ہی کامیابی کی کنجی ہے۔ اعتماد کے فقدان میں فتح، ناممکن بن کر رہ جاتی ہے۔ وہ اعتماد ہی ہوتا ہے جو کامیابی کو آپ کے قدموں میں لاکر نچھاور کرتا ہے

کامیاب زندگی اور مکمل شخصیت کے لیے جس چیز کی انسان کو ضرورت ہوتی ہے۔ وہ اس کا اعتماد ہے۔ کامیابی کی اونچی چوٹی پر پہنچنے کے لیے خود اعتمادی سچی معاون ثابت ہوتی ہے۔ خود اعتمادی کے ذریعے سے ہی بظاہر ناممکن نظر آنے والے کام کا ممکن ہونا ایک فطری عمل ہے۔ جنگ میں اسلحہ نہیں لڑتا بلکہ اسے تھامنے والے فوجی کا دل لڑتا ہے اور دل بھی نہیں، اس دل میں موجود اس کا اعتماد لڑتا ہے۔ اعتماد سے محروم شخص کی زندگی مکمل شکست کی طرف لڑھکتی رہتی ہے۔ اس کے برعکس اعتماد والے شخص کی زندگی مناسب رفتار سے کامیابی وکامرانی کی طرف بڑھتی رہتی ہے۔

اعتماد ہی کامیابی کی کنجی ہے۔ اعتماد کے فقدان میں فتح، ناممکن بن کر رہ جاتی ہے۔ وہ اعتماد ہی ہوتا ہے جو کامیابی کو آپ کے قدموں میں لاکر نچھاور کرتا ہے۔ تاریخ پر اگر دھیان دیں تو معلوم ہوگا کہ کسی شعبے میں کسی نے کوئی کامیابی حاصل کی ہے تو اس کی کامیابی کا راز اس کا اعتماد ہوگا۔ دراصل یہ طاقت تو انسان کے اندر موجود ہوتی ہے، صرف اس طاقت کو عمل کی ضرورت ہوتی ہے۔ جیسا آپ کا اعتماد ہوگا، ویسی آپ کی طاقت ظاہر ہوگی۔ ویسی آپ کی زندگی بنے گی۔

زندگی کو پرامید پھرتیلا اور چست رکھیے، پھر کون سا کام ہے جو آپ نہیں کر سکتے؟ خود اعتمادی کا فقدان، کہیں میں ناکام نہ ہو جاؤں، وہ میرے بارے میں کیا سوچے گا؟ یہ وسوسے اور وہم دل سے باہر نکال کر پھینک دیں اور امید ویقین کی زندگی بسر کرنا شروع کردیں۔ جب کوئی شخص اپنی قوت وکارکردگی کے کمزور پہلو دیکھتا ہے تو پھر اپنی صلاحیت کا اعتماد کھو دیتا ہے اور وہ ناکام ہوتا ہے۔ کسی بھی انسان کا معلم، اعتماد ہی ہے۔ دل کی حکومت میں اعتماد ہی سپہ سالار ہے۔ تمام قوتیں اس کا حکم مان کر چلتی ہیں۔ جو شخص خود اعتمادی، خدا پر یقین اور بھروسے پر آگے بڑھتا ہے اسے کامیابیاں مل کر ہی رہتی ہیں۔ اکثر انسانوں کا ایک المیہ یہ بھی ہے کہ وہ دوسروں کی کامیابیاں دیکھنے میں اپنا بہت سارا وقت کھو دیتے ہیں، حسد میں اپنا بہت سا خون جلا ڈالتے ہیں حالانکہ ہونا یہ چاہئے کہ دوسروں کی کامیابی کی تعریف کرنے کے بعد اپنا زیادہ وقت خود اعتمادی سے اپنے مقصد پر لگایا جائے اور اپنے مقصد کو کامیابی کے آخری زینے پر پہنچا کر خود تعریف کے قابل بنا جائے۔

ارتقاء کا مقصد ہے متواتر ترقی کرنا۔ چنانچہ یہ ضروری ہے کہ آپ کے قدم متواتر چلتے رہیں۔ کسی خوف، ڈر، مایوسی، وہم، پریشانی میں آپ کے قدم ساکن نہیں ہونے چاہئیں۔ یقین جانئے آپ کی ترقی بھی کبھی نہیں رک سکتی۔ انسان کو جب اپنے مالک حقیقی کی قوت اور اس سے اپنے تعلق کی پہچان ہو جاتی ہے تب وہ مضبوط اعتماد سے بھرپور فاتح بن کر ابھرتا ہے اور بیرونی قوتیں اس کی معاون بن جاتی ہے۔

کسی بھی شخص کی زندگی محض اس کے بزرگوں کی چھوڑی ہوئی جائیداد سے نہیں بن سکتی۔ جب تک کہ وہ اپنی خوابیدہ قوتیں اجاگر نہیں کرتا۔ دراصل بعض لوگوں میں اپنی کامیابی کی شدید خواہش نہیں ہوتی، اس لیے وہ زندگی میں ناکام ہوتے ہیں۔ اپنی قوتوں کو جمع کرکے انہیں اپنے مقصد کی تکمیل میں لگانے کی بجائے، مایوسی کو خود سے طاقت ور تسلیم کر لیتے ہیں۔ ایسا کرتے ہی مایوسی ان پر غالب آجاتی ہے۔ یہ لوگ ہر لمحے اپنی ناکامی کا خیال کرکے اپنی کامیابی پر شک کرتے ہیں اور اپنے مقصد سے خود دور ہو جاتے ہیں۔

اگر کسی چیز کی خواہش آپ کے دل میں پیدا ہوتی ہے اور وہ خواہش آپ کے دل میں شدید ہے، آپ نے اسے پورا کرنے کا مضبوط عزم کرلیا ہے تو کوئی وجہ نہیں کہ آپ کی خواہش پوری نہ ہو۔ اپنی کامیابی کی امید رکھیں۔ اپنی کامیابی کی آس رکھیں۔ کامیابی کا خواب دیکھیں، اس کو حاصل کرنے کے لیے خود اعتمادی کے ساتھ عمل کریں، کامیابی ضرور آپ کے قدم چومے گی۔ حوصلہ، قوت اور خود اعتمادی جیسے جذبات کو دل میں پروان چڑھائیں۔ آپ کے اندر عظیم سے عظیم بننے کے بیج موجود ہیں۔ بیج جب پھوٹتا ہے، تب ہی پودا اٹھتا ہے۔ یہی پودا بڑھتا ہوا ایک دن بڑا مضبوط تناور درخت کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ متواتر اپنے مقصد کے راستے پر چلتے رہنا خود ایک کامیابی ہے۔

اولیاء کے دشمن کا انجام

عاطف احسان، ڈیرہ اسماعیل خان

بشر نے کہا میری طرف غصہ کی نظر سے دیکھا اور پوچھا میرے پیچھے کیوں آئے تھے؟ میں نے کہا غلطی ہوگئی انہوں نے کہا کہ اٹھو اور چلو

ابوعبداللہ قاضی اپنے والد سے روایت کرتے ہیں کہ بغداد میں ایک تاجر میرا دوست تھا، وہ صوفیوں کی غیبت کرتا رہتا تھا۔ بعد میں میں نے اسے ان کی مصاحبت اختیار کرتے دیکھا۔ اس نے کہا جیسا میں سمجھتا تھا، بات ویسی نہیں ہے۔ ایک دن میں جمعہ کی نماز پڑھ کر نکلا تو میں نے ''بشر حافی'' (بشر بن حارث) کو دیکھا تو وہ جلدی سے مسجد سے نکل رہے تھے میں نے اپنے دل میں کہا اس صوفی کو دیکھو مسجد میں ٹھہر نہیں سکتا، پھر میں اپنے کام کو چھوڑ کر ان کے پیچھے چل دیا کہ دیکھوں یہ کہاں جاتے ہیں؟ میں پیچھے چلا انہوں نے ایک درہم کی روٹی خریدی میں نے کہا دیکھو روٹی خرید رہا ہے۔ پھر آگے چل کر انہوں نے کچھ سالن وغیرہ خریدا۔ مجھے اور غصہ آیا۔ یہ حلوائی کی دکان پر آئے اور فالودہ خریدا۔ میں نے دل میں کہا کہ جب یہ کہیں بیٹھ کر کھائے گا تو اسے خوب لتاڑوں گا۔ پھر وہ صحرا کی طرف نکل گئے میں نے سوچا کہ شاید نخلستان میں بیٹھ کر کھائے گا۔ وہ مسلسل عصر تک چلتے رہے اور میں ان کے پیچھے چلتا رہا۔ حتیٰ کہ وہ بستی میں جا پہنچے۔ وہاں کی ایک مسجد میں پہنچے اور اس مسجد میں ایک مریض لیٹا ہوا تھا۔ اسے وہ لقمہ بنا بنا کر اپنے ہاتھ سے کھلانے لگے۔ میں نے تھوڑی دیر یہ منظر دیکھا۔ پھر میں گاؤں میں گھومنے چلا گیا۔ کچھ دیر بعد میں دوبارہ مسجد آیا تو بشر وہاں نہیں تھے۔ میں نے مریض سے پوچھا کہ بشر کہاں ہے؟ اس نے کہا کہ بغداد چلے گئے۔ میں نے پوچھا بغداد کتنی دور ہے۔ اس نے بتایا چالیس فرسخ۔ میں نے یہ سن کر ''اناللہ'' پڑھی اور کہا کہ میں نے یہ کیا کیا؟ میرے پاس نہ تو کرایہ ہے اور نہ ہی چلنے کی طاقت ہے۔ میں پھر اگلے جمعہ تک بشر کے دوبارہ آنے کا انتظار کرتا رہا پھر جب وہ اگلے جمعہ آئے تو بیمار نے انہیں بتایا کہ اے ابوالنصر! یہ شخص گذشتہ جمعہ تمہارے ساتھ آیا تھا اور اب تک میرے پاس ٹھہرا رہا ہے۔ بشر نے میرے طرف غصہ کی نظر سے دیکھا اور پوچھا میرے پیچھے کیوں آئے تھے؟ میں نے کہا غلطی ہوگئی انہوں نے کہا کہ اٹھو اور چلو (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

خدا تجھ پر رحم کرے تو تو اس کی مخلوق پر رحم کر (امیر خسروؒ)

معالجین سے تھکے صرف ٹوٹکے آزمائیں

بدہضمی کودورکرنے کے لیےایک چمچ پودینہ کا جوس لے کر برابر مقدار میں شہداور لیموں کا جوس ملاکر پی لیں

استھما یعنی دمے کی شکایت ہونے کی صورت میں پیاز کا استعمال بڑھالیں اور جتنا ممکن ہو پیاز کھائیں تاکہ آپ کے نظام تنفس کی نالیوں کی تنگی دور ہو سکے۔ جوڑوں کے درد و تکلیف سے نجات کیلئے مچھلی کھائیں۔

اگر آپ کا پیٹ خراب ہوتو کیلا کھائیں اس کے علاوہ ادرک کے استعمال کی بدولت صبح کی سستی و کاہلی سے بچا جا سکتا ہے۔

گندے قالین پر ڈھیر سارا نمک چھڑک کر اسے دو ایک منٹ تک پڑا رہنے دیں۔ پھر قالین کو رگڑنے سے نمک کے ساتھ گرد اور میل بھی باہر نکل جائے گا۔

برتنوں کے اوپر سے تیل یا جلنے کے داغ صاف کرنے کیلئے انہیں دھونے سے پہلے کلینزنگ پاؤڈر میں تھوڑا سا رنگولی پاؤڈر ملا دیں۔

دیوار میں کیل ٹھونکنے کے بجائے یہ طریقہ استعمال کر کے دیکھیں ٹوتھ پیسٹ کے ڈھکنے کو کسی جوڑنے والے پیسٹ کی مدد سے دیوار پر چپکا دیں۔ اس طرح دیوار پر سوراخ کرنے سے بچ جائیں گے۔

بدہضمی کو دور کرنے کے لئے ایک چمچہ پودینہ کا جوس لے کر برابر مقدار میں شہد اور لیموں کا جوس ملا کر پی لیں۔

اگر آپ تربوز کے چھلکے سکھا کر اسے پیس لیں تو آپ دالیں پکاتے وقت اس میں سوڈا بائی کاربونیٹ ڈالنے کے بجائے تربوز کے چھلکوں کا پاؤڈر استعمال کرسکتی ہیں۔

کمرہ میں موم بتی جلا لینے سے وہاں سے سگریٹ کے دھوئیں کی بو ختم ہو جائے گی۔

پھول گوبھی، سرد خشک پیشاب آور اور دیر ہضم ہے۔ گرم مزاج والوں کیلئے مفید ہے معدے کو طاقت بخشتی ہے بند گوبھی بھی قبض کشا ہے۔ ذیابیطس کیلئے مفید رہے گی۔

اگر آپ کو ذیابیطس کا مرض ہے تو شلغم کا استعمال کریں۔ اس کے مریض کیلئے بہت مفید ہے۔ قبض کشا بھی ہے۔ جن لوگوں میں چونے کی کمی ہو اور ہڈیوں دانتوں اور پٹھوں میں نقص ہو، ان کو بھی شلغم کا استعمال زیادہ سے زیادہ کرنا چاہئے۔

گاجر بکثرت کھانے سے خون صالح پیدا ہوتا ہے۔ مقوی بصر ہے۔ اس کے کھانے سے بصارت تیز ہوتی ہے۔ بادی و بلغمی بیماریوں، خرابی خون، دل کی دھڑکن اور یرقان کیلئے بہت مفید ہے۔ گاجر مقوی دل، معدہ اور مفرح و ملین ہے۔ پتھری، قبض کشا اور بواسیر و سنگر ہی کیلئے مفید ہے۔ گاجر کا حلوہ درد کو اور ضعف گردہ کیلئے مجرب ہے۔ دانتوں اور مسوڑھوں کی حفاظت بھی گاجر کرتی ہے۔

کرشمہ (مرسلہ: حبیب اللہ فیض، میرپورسندھ)

السلام علیکم: میرے گھر والے ماہنامہ ''عبقری'' کو بہت پسند کرتے ہیں۔ میں بھی اس کو دل و جان سے پسند کرتا ہوں۔ کیونکہ کہ عام آدمی عین ضرورت بن چکا ہے۔ اور میں ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے ایک آزمودہ نسخہ تحریر کر رہا ہوں جو کہ میرا بارہا کا آزمودہ ہے۔ ایک دفعہ میری والدہ محترمہ بیمار ہوگئیں، شدید بیمار۔ بخار ایسا کہ جانے کا نام نہ لے۔ کوئی ڈاکٹر حکیم ایسا نہ چھوڑا، جسے دکھایا نہ ہو۔ ایک معروف اسپیشلسٹ نے ٹی بی تجویز کی۔ دوا استعمال کرانے سے طبیعت اور بگڑگئی۔ ایک اور سپیشلسٹ جن کا طوطی آج بھی ہمارے علاقے میں بول رہا ہے، انہوں نے بخار کا سبب ضعف بتلایا۔ ڈسپرین کے استعمال کا مشورہ دیا۔ ڈسپرین سے افاقہ ہوا۔ لیکن جس دن ڈسپرین استعمال نہ کریں اسی دن بخار پھر عود کر آئے۔ میں نے ڈاکٹر صاحب سے پوچھا کہ ڈاکٹر صاحب یہ ڈسپرین کب تک استعمال کروانی ہے؟ بڑے تحمل سے جواب دیا کہ جب تک سانس ہے۔ میں نے کہا کہ اس کا کوئی مستقل حل؟ کہنے لگے اس کا مستقل کھانا ہی مستقل حل ہے۔ میرے ایک محسن نے کشتہ سونا بنایا۔ جس کی ایک خوراک آج سے چار سال قبل وہ ساڑھے تین سو روپے کی دیتے تھے۔ سات خوراکیں مفت دیں۔ والدہ کو کھلائیں، طبیعت میں چستی اور چہرے پر رونق آگئی۔ لیکن بخار تو شاید واپسی کا راستہ ہی بھول چکا تھا اسے نہ جانا تھا اور نہ ہی گیا۔ میں ایک مرتبہ پھر سرگرداں و پریشان۔ اسی پریشانی کے دوران اپنے ایک دوست کے ذریعے کراچی کے ایک طبی پروگرام میں مدرسہ تکمیل الطب لکھنو کے بالواسطہ فیض یافتگان حکیم مراد عظیم قاضی و حکیم احسان عظیم قاضی سے ملاقات ہوئی۔ رات انہیں کے ہاں قیام تھا۔ ان سے اپنی والدہ کی بیماری کا تذکرہ کیا۔ مشت بھر برگ شجر اور ایک بالشت لکڑی کا جوشاندہ تجویز کیا۔ 20 یوم والدہ کو استعمال کروایا۔ آج تقریباً پانچ سال کا عرصہ ہو چکا ہے اب تک بفضلہٖ تعالیٰ صحت مند ہیں۔

نسخہ متبرکہ یہ ہے:

گلو تازہ ایک بالشت ، جھاؤ کے تازہ پتے ایک کف دست

شربت بزوری معتدل 4 چمچ

ترکیب استعمال: ۔ گلو کو کوٹ کر چھوٹے چھوٹے پیس بنالیں۔ دو پیالے پانی میں گلو اور جھاؤ کے پتے ڈال کر خوب جوش دیں۔ جب ایک پیالہ پانی رہ جائے چھان کر شربت بزوری ملا کر صبح نہار منہ پلائیں اسی طرح ایک خوراک دو پہر اور ایک رات کو ایک ماہ استعمال کروائیں۔

اذان کی افادیت

ابولبیب شاذلی

اعلیٰ اخلاق اور گھریلو سکون کے لیے ماہرین نے اذان کو بار بار آزمایا

اگر کوئی شخص بھوت پریت دیکھے تو اس کو بلند آواز سے اذان کہنی چاہیے۔ حضرت سعد بن ابی وقاصؓ کہتے ہیں کہ میں رسول اللہ ﷺ فرماتے ہوئے سنا ہے کہ: **اِذَا تَغَوَّلَتْ لَكُمُ الْغِيْلَانُ فَاذِّنُوا** ۔ (ترجمہ) جب تمھارے سامنے بھوت پریت مختلف شکلوں میں نمودار ہو تو اذان کہو۔

(مصنف عبدالرزاق جلد ۵ صفحہ ۱۶۳)

اذان کے چند اور مواقع

مذکورہ مواقع کے علاوہ اذان کے درج مواقع بھی بزرگوں نے ذکر کئے ہیں۔ ۱.....آگ لگنے کے وقت ۲.....کفار سے جنگ کرنے کے وقت ۳.....غصہ کے وقت۔ ۴.....جب مسافر راستہ بھول جائے ۵.....اور جب کسی کو مرگی کا دورہ پڑے، لہذا علاج اور عمل کے طور پر ان مواقع میں بھی اذان کہنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ امدادالفتاوی میں ہے۔ ان مواقع میں اذان سنت ہے۔

۱.....فرض نماز ۲..... بچہ کے کان میں وقتِ ولادت۔ ۳.....آگ لگنے کے وقت ۴.....جنگِ کفار کے وقت۔ ۵.....مسافر کے پیچھے جب شیاطین ظاہر ہو کر ڈرائیں ۶.....غم کے وقت ۷.....غضب کے وقت ۸.....جب مسافر راہ بھول جائے ۹.....جب کسی کو مرگی آوے ۱۰.....جب کسی آدمی یا جانور کی بدخلقی ظاہر ہو، اس کو صاحب ردالمختار نے اپنی کتاب میں ذکر کیا ہے۔ (امدادلفتاوی جلد ۱ صفحہ ۱۶۵)

(بقیہ: خرگوش کی تدبیر)

شکاری تمہیں پکڑ کر لے جائیں گے۔ میں نے کافی دنوں سے بکری کا شکار نہیں کیا۔ آج بہت مزا آئے گا۔ زرافہ بیچارا شیر کو منع کرتا رہا لیکن شیر اس کی بات سننے کے لیے تیار ہی نہ تھا۔ اس نے جیسے ہی بکری پر حملہ کیا۔ مچان پر بیٹھے شکاریوں نے شیر پر جال پھینک دیا اور شیر جال میں بری طرح پھنس گیا۔ زرافہ دور کھڑا ساری صورتحال دیکھ رہا تھا لیکن وہ اپنے دوست کو بچانے کے لیے کچھ نہیں کرسکتا تھا۔ زرافے نے غم زدہ ہو کر کہا میں نہ کہتا تھا کہ شکاری تمہیں شکار کرنے آئے ہیں اور تم ان کے جال میں پھنس گئے۔ بعد میں شکاری شیر کو پنجرے میں بند کر کے چڑیا گھر لے گئے۔ شیر کے جانے کے بعد جنگل کے تمام جانوروں نے خوشیاں منائیں، صرف ایک زرافہ اداس تھا۔

سچ ہے حد سے زیادہ خود اعتمادی بعض اوقات نقصان دہ ہوتی ہے۔ ہمیں دوسروں کی باتوں کو بھی دھیان سے سننا چاہئے۔

هم غرور کے جام سے مست ہیں اور اس کا نام ہم نے ہوشیاری رکھ لیا ہے (حافظ شیرازیؒ)

شیخ عبدالقادر جیلانیؒ

''عبدالقادر تم اس کام کے لیے تو پیدا نہیں ہوئے'' ''بیل نے یہ کیا کہا!!!''

انتخاب: سجاد احمد بھٹی، جڑانوالہ

ایران میں جنوبی ساحل کے شاداب علاقہ گیلان میں ایک بستی نیق کے نواح میں ایک دبلا پتلا لمبے قد کا گندم گوں نوجوان ہل چلا رہا تھا...... بیلوں کو ہانکتے ہوئے اس نے محسوس کیا جیسے وہ رک گئے ہوں...... ''عبدالقادر تم اس کام کے لیے تو پیدا نہیں ہوئے'' ''بیل نے یہ کیا کہا؟......اس کا مفہوم......وہ کیوں بولا؟...... وہ تو ایسے بول رہا تھا۔ جیسے انسان ہو۔ ماں! بیل نے مجھے کہا ہے کہ تم اس کام کے لیے پیدا نہیں ہوئے۔ بیٹے نے پورا واقعہ سنایا...... ہاں بیٹا سچ ہی تو ہے، بیل نے سچ ہی تو کہا ہے، تم ہل چلانے اور بیل ہانکنے کے لیے پیدا نہیں ہوئے۔''

یہ نوجوان شیخ عبدالقادر جیلانیؒ تھے، اور یہ ان کی والدہ ام الخیر تھیں، آپ اس وقت اٹھارہ برس کے تھے اور والدہ اٹھہتر برس کی۔ یہ عجیب بات تھی کہ ساٹھ برس کی عمر میں کسی عورت کے ہاں بچہ پیدا ہو۔ ''تم دوسرے بچوں کی طرح کب ہو، آج تک تم نے نہ جھوٹ بولا، نہ زبان سے گالی دی۔ مجھے یاد ہے جب تم میری گود میں تھے تو رمضان میں کبھی دن کو دودھ نہیں پیا تھا۔ ایک بار عید کے ہونے کا جھگڑا اٹھ کھڑا ہوا تو سب نے کہا شیخ ابوصالح کے ہاں جا کر پوچھو کہ ان کے بچے نے دودھ پیا ہے کہ نہیں؟''

آپ نے ماں سے جب تحصیلِ علم کے لیے بغداد جانے کی اجازت چاہی تو وہ رو دیں۔ چالیس دینار صدری میں بغل کے نیچے بطور زادِ راہ سی کر فرمایا ''ہر معاملے کی بنیاد راست بازی پر رکھنا، تجھے خدا کے سپرد کرتی ہوں۔'' آپ بغداد جانے والے ایک قافلے کے ساتھ شامل ہو گئے جس پر راستے میں ڈاکوؤں نے حملہ کر دیا۔ لوٹ مار کے بعد ایک قزاق نے پوچھا تیرے پاس کیا ہے؟'' آپ نے چالیس دینار کے بارے میں بتا دیا۔ وہ مذاق سمجھا پھر دوسرے قزاق سے بھی اسی قسم کی گفتگو ہوئی۔ پھر دونوں نے اپنے سردار سے ذکر کیا جس کے حکم سے صدری سے دینار نکال لیے گئے۔ سردار بولا تم نے یہ کیوں بتایا، کسی کو ان کا علم نہ تھا؟ آپ نے فرمایا میں نے اپنی ماں سے عہد کیا تھا کہ سچ بولوں گا۔ اس عہد کو کیسے توڑتا؟ سردار یہ سن کر رو دیا اور بولا افسوس پروردگار سے کیے عہد کا پاس نہیں کرتا جبکہ تو ماں سے کیے ہوئے عہد کو نہیں توڑتا اور اس نے توبہ کر لی اور قافلے والوں کا مال لوٹا دیا۔

۴۸۶ھ میں آپ بغداد پہنچے کیوں کہ علم و عرفان کے تمام راستے بغداد ہی کو جاتے تھے۔ معتز باللہ کا عہد تھا کہ شیخ غریبانہ اور طالب علمانہ، گھر سے چار سو میل دور، امیروں، رئیسوں، تاجروں صنعت کاروں اور کنیزوں کے اس شہر میں وارد ہوئے۔ یہ بلند و بالا عمارتوں اور جگمگاتی روشنیوں کا شہر تھا جس کے درمیان دجلہ رواں تھا۔ دن بھر لمبی لمبی بادبانی کشتیاں سامانِ تجارت لانے اور لے جانے میں مصروف رہتیں اور شام کے وقت رؤسا کے آراستہ پیراستہ جہاز سطحِ آب پر دکھائی دیتے۔ آپ نے ''مدرسہ نظامیہ'' میں داخلہ لے لیا۔

اساتذہ میں ابوزکریا تبریزی، علی ابن عقیل حنبلی، ابوالحسن محمد بن قاضی، ابوالعلی حنبلی، شیخ ابو الخطاب محفوظ الکلوذاتی، ابوالبرکات طلحہ العاقولی۔ ابوالغنائم محمد بن علی میمون الفرسی، ابوعثمان اسماعیل بن محمد الاصبہانی، ابو طاہر عبدالرحمٰن بن احمد، ابو غالب محمد بن الحسن الباقلانی، ابوالعز محمد بن المختار الہاشمی اور ابو منصور عبدالرحمٰن القزاز کے اسمائے گرامی زیادہ معروف ہیں، آٹھ برس کے بعد ۴۹۴ھ میں دستارِ فضیلت ملی۔ جب آپ فارغ ہو گئے تو وقت کے علماء میں کوئی ہمسر اور ہم پلہ نہ تھا۔

شیخ کے اساتذہ کرام جن کے نام ہائے گرامی آپ نے پڑھے وہ سب کے سب حنبلی تھے۔ آپ بھی جب مسندِ درس و افتاء پر بیٹھے تو اسکے مطابق ہی درس و فتویٰ دیتے رہے۔

عقائد کے حوالے سے اس زمانہ میں بہت سے مکاتب فکر یعنی جبریہ، قدریہ، اشعریہ، اور ماتریدیہ وغیرہ موجود تھے۔ شیخ عقائد کے اعتبار سے اہل سنت والجماعت کے اشعری مکتبِ فکر سے تعلق رکھتے تھے چنانچہ جبر و قدر کے حوالے سے بھی اہل سنت والجماعت کا مسلک ہی بیان فرماتے تھے کہ بندہ اپنے اعمال میں نہ تو مجبورِ محض ہے نہ مختارِ کل بلکہ ان دونوں کے درمیان کا ہے۔

شیخ جب مدرسہ سے فارغ ہو کر کوچہ و بازار میں نکلے تو سوچنے لگے اس ساری تگ و دو کا ماحصل کیا یہی دستارِ فضیلت ہے؟ علم نے مجھے راستہ تو دیا لیکن منزل کہاں ہے؟ بے یقینی اور بے حاصلی کی اس دلدل سے نکلنے کا خیال بے چین کیے رکھتا۔ بغداد میں شور و ہنگامے کے سوا کچھ نظر نہ آتا۔ تمام لوگ، وقتی لذتوں کی تلاش میں سرگرداں، علماء...... شہرت، امراء...... قوت و اقتدار اور تاجر...... دولت کی جستجو میں مرے جا رہے تھے۔ دجلہ کے کناروں پر گناہ کا سمندر موجزن تھا۔ شیخ کے تصور میں گیلان کا تصور ابھرتا۔ جہاں ماں کی عبادت، باپ کی پاکبازی اور پھوپھی کی خداترسی کا چرچا تھا۔ جب ایک سال مینہ نہ برسا تو اہلِ گیلان پھوپھی کے گھر آ کر طالب دعا ہوئے تو انہوں نے آنگن میں جھاڑو دے کر کہا اے اللہ میں نے جھاڑو دے دیا ہے تو چھڑکاؤ کر دے۔ اور پھر مینہ برسنے لگا۔ انہیں خدا سے کتنی محبت تھی...... خدا سے کتنا تعلق تھا؟

قربِ الٰہی کا کتنا احساس تھا۔ محض کتابیں پڑھ لینے سے یہ محبت، تعلق اور تقرب حاصل نہیں ہوتا۔ وہ طالب علمی کے کٹھن شب و روز اور آٹھ سالہ صعوبتوں کا جائزہ لے رہے تھے۔ جیسے وہ بے کیف گزر گئے ہوں۔ ایک دن قرآن بغل میں دبائے باب حلبہ کی جانب چل دیئے کہ وہاں سے راستہ صحرا کی طرف جاتا تھا...... ''تمہارا یہاں رہنا ضروری ہے۔ تمہارے دین کو کوئی نقصان نہیں پہنچے گا۔'' اس عجیب و غریب آواز کے ساتھ ہی دل کو اطمینان ہو گیا اور پھر واپس لوٹ آئے۔ اگلے دن بغداد کے ایک محلے میں سے گزر رہے تھے تو ایک شخص نے مکان کا دریچہ کھول کر کہا ''عبدالقادر کل کیا ارادہ تھا؟'' شیخ یہ سن کر حیران رہ گئے۔ خود رفتگی کی کیفیت میں کہیں سے کہیں نکل گئے۔ ہوش آنے پر دروازے کی تلاش ہوئی لیکن ذہن نے ساتھ نہ دیا۔ دل کہہ رہا تھا تمام مشکلات کا حل اسی کے پاس ہے۔ کئی ماہ ڈھونڈتے رہے، آخر اچانک ایک دن بازار میں اس شخص کو لپٹ گئے۔ یہ شیخ حماد الدباس تھے۔ دمشق کی بستی رحبہ کے رہنے والے، بغداد میں انگور اور خرما کا شیرہ فروخت کرتے اور محلہ مظفریہ میں مقیم تھے۔ اہل دل کا مرجع تھے۔ دوسری ملاقات پر کہا ''تو مولوی ہے، درویشوں کے پاس تیرا کیا کام، یہاں سے چلتا بن۔'' آپ باہر نکل گئے۔ ذرا دیر بعد پھر آ گئے۔ انہوں نے پھر اٹھا دیا۔ پھر آ گئے۔ کئی دن ایسا ہی ہوتا رہا۔ پاس بیٹھنے والوں نے پوچھا تو شیخ حماد الدباس بولے ''تم کیا سمجھو، تم میں سے کوئی بھی اس کے پائے کا نہیں ہے۔'' (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

گناہ اس قدر کم کر کہ ان کی عقوبت کی تاب لا سکے (خلیفہ ہارون الرشید)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

ذہنی اور جسمانی طور پر فارغ ہوں

حمیرا گل فیصل آباد سے کہتی ہیں کہ میرا مسئلہ بظاہر معمولی ہے، مگر میرے لیے انتہائی تشویشناک ہوتا جارہا ہے۔ میں کالج میں پڑھتی ہوں۔ آج کل فارغ ہوں۔ گھر میں مشترکہ خاندانی نظام ہے، ہم سب مل جل کر رہتے ہیں...... چچا، تایا اور ہم سب لوگ۔ مجھے کام کرنے کا موقع نہیں ملتا۔ میرا وزن بڑھتا جارہا ہے، پیٹ اور کولہے بھاری ہورہے ہیں۔ اپنے طور پر ہر کام کرتی ہوں، مگر وہ اس نوعیت کا نہیں ہوتا جس پر توانائی خرچ ہو۔ شام کو چہل قدمی کرتی ہوں، لیکن زیادہ نہیں۔ ہمارے ہاں کھانا بھی سب کے لیے اکٹھا پکتا ہے۔ میں پرہیز بھی نہیں کرسکتی۔ آپ مجھے بتایئے کیا کروں؟

☆ حمیرا گل! آپ کا تفصیلی خط ملا۔ آپ نے بڑے مزے کی بات لکھی ہے کہ میں ذہنی اور جسمانی طور پر فارغ ہونے کی وجہ سے بور ہوتی ہوں۔ ارے بی بی! کام ہی تو زندگی ہے۔ زندگی میں کام نہ ہوتو پھر ایسی زندگی تو بیکاری کا دوسرا نام ہے۔ گھر میں ماشاء اللہ اتنے سارے لوگ ہیں، آپ سب کی خدمت کیجئے۔ صبح اٹھ کر نماز سے فارغ ہوکر چہل قدمی کرکے باورچی خانے میں جایئے۔ ایک لیموں کا رس پیالی بھر ابلتے پانی میں نچوڑیئے۔ اس میں ایک بڑا چمچ شہد ملایئے۔ وہ نہار منہ پی کر گھر کے کاموں میں امی کی مدد کیجئے۔ اپنے کپڑے خود دھویئے۔ گھر میں چھوٹے بچے بھی ہوں گے۔ ان کے کاموں میں اچھی خاصی توانائی صرف ہوتی ہے۔ ان میں دلچسپی لیجئے۔ کھانے میں صرف اتنی احتیاط کرنی ہے کہ اگر پہلے دو روٹیاں کھاتی تھیں تو اب صرف ایک روٹی کھایئے اور کھانے کے بعد پانی مت پیجئے۔ آدھ گھنٹے بعد پانی پی سکتی ہیں۔ بالائی مکھن، جیم اور گھی نہ کھایئے۔ کوکنگ آئل استعمال کیجئے۔ کچی سبزیاں اور پھل کھانے سے جسم فربہ نہیں ہوگا۔ تلے ہوئے آلو، چپس، کٹلس وغیرہ نہ کھایئے۔ آپ کا علاج گھر کے کاموں میں پوشیدہ ہے۔ کام کاج خوب کیجئے۔ قرآن پاک اور اس کی مستند تفسیر پڑھیے۔ اللہ کا ذکر کیجئے، اس سے ذہنی سکون ملتا ہے۔ دینی کتابیں پڑھئے۔ اس عمر میں آپ کو کام ضرور کرنا چاہیے۔ کام ہی سے انسان کی صحت ٹھیک رہتی ہے۔

بال گھنے، اور چمکدار

میری بہن کے بال گھنے ہیں، مگر نہ چمک ہے اور نہ پھولے ہوئے ہیں۔ وہ بال بڑھانا چاہتی ہے۔ اس کے لیے مشورہ دیجئے۔ کوئی کریم یا شیمپو بتایئے جس کے استعمال سے بال ٹھیک ہوجائیں (سید ارشد عباس بخاری۔۔۔ملتان)

☆ آپ کے خط سے معلوم ہوا کہ آپ کی بہن تیل نہیں لگاتی۔ اس کی وجہ سے ان میں چمک نہیں۔ آپ کسی میڈیکل سٹور سے زیتون کے تیل کا چھوٹا ڈبہ خریدیئے۔ یہ تیل ہر تیسرے دن بالوں کی جڑوں میں اچھی طرح لگایئے۔ بہتر تو یہ ہے کہ رات کو تیل لگایئے اور صبح سر دھویئے۔ صرف زیتون کا تیل استعمال کیجئے، بال بڑھ جائیں گے، ان میں چمک بھی آئے گی اور پھولے ہوئے لگیں گے۔

منہ پر کیل مہاسے

عاصمہ جبین، کراچی سے کہتی ہیں میری عمر ۱۸ سال ہے۔ دو سال سے میرے منہ پر کیل مہاسے نکل رہے ہیں۔ چہرے پر سرخی اور داغ دھبے بے تحاشا ہیں۔ کئی ڈاکٹروں کو دکھا چکی ہوں۔ وقتی طور پر آرام آتا ہے، پھر نکل آتے ہیں۔ کریمیں، لوشن استعمال کرنے سے تکلیف اور زیادہ ہوجاتی ہے۔ دانوں میں پیپ پڑ جاتی ہے۔ میرا رنگ پہلے گورا تھا، مگر اب سانولا پڑ چکا ہے۔ پلیز مجھے کوئی آسان سا علاج بتایئے۔ میں بہت پریشان ہوں۔ ڈاکٹروں کی دوا کھا کھا کر میرا معدہ بھی خراب ہوچکا ہے۔

☆ عاصمہ بی بی! چہرے پر اس عمر میں عموماً دانے نکل آتے ہیں۔ کسی کے کم اور کسی کے زیادہ۔ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، یہ قدرتی عمل ہے۔ آپ نے شاید اپنی غذا میں اعتدال نہیں رکھا۔ آج کل چٹ پٹے مسالے والی غذا، بکثرت گوشت، چکن روسٹ، چکن تکہ، چکن کڑاہی وغیرہ شوق سے کھاتے ہیں جبکہ دالوں اور سبزیوں کا استعمال کم ہوتا جارہا ہے۔ اسی طرح لڑکیاں انڈے بہت کھاتی ہیں۔ آپ غذائی تبدیلی کرکے دیکھئے، بہت فرق پڑے گا۔

سب سے پہلے تو اپنی غذا سے انڈا نکال دیجئے۔ گوشت کا استعمال کم از کم ہو۔ گائے کا گوشت، مچھلی، مرغ نہ کھایئے۔ بکرے کا گوشت ایک آدھ بوٹی سے زیادہ نہ لیجئے۔ سرخ مرچ بھی چند دن کے لیے چھوڑ دیجئے۔ خون کی حدت درست ہو جائے تو پھر آہستہ آہستہ مصالحوں کا استعمال کھانے میں کرسکتی ہیں۔ کدو کا رائتہ کھایئے۔ ٹینڈے اور پیاز کی بھجیا بنایئے۔ کریلے، ٹماٹر پکایئے۔ شلغم، توریاں، بھنڈی کھایئے۔ ناشتے میں پراٹھا، پوری اور تلے ہوئے توس نہ کھایئے۔ عناب کا شربت کسی اچھے دواخانے سے خریدیئے اور پانی ملا کر روزانہ پیجئے۔ گل منڈی خریدیئے۔ دس بارہ پھول آدھے کپ پانی میں بھگو کر صبح ہاتھ سے مل کر چھانیئے اور ایک چمچ شہد ملا کر پیجئے اور اس کے آدھ گھنٹہ بعد ناشتہ کیجئے۔ ناشتے میں دلیا اور توس کھایئے۔ آلو بخارے کی چٹنی بھی آپ کے لیے مفید ہے۔ سوکھے آلو بخارے کے دو تین دانے کھانے کے بعد کھایئے۔ چہرے پر آپ کو کچھ بھی لگانے کی ضرورت نہیں۔ سادے بیسن سے منہ دھویئے۔ صابن کا استعمال کم ہونا چاہیے، اس سے بھی الرجی ہوجاتی ہے۔

آپ نماز پڑھتی ہیں تو بہت اچھی بات ہے۔ پانچوں وقت وضو کرنے سے چہرے صاف ہوجاتا ہے۔ صبح کی نماز پڑھ کر آپ تھوڑی سی سیر کیجئے۔ تازہ اور صاف ہوا آپ کے لیے مفید ہے۔ آپ قبض نہ ہونے دیں۔ سبزیاں اور تازہ پھل کھانے سے آپ کو فائدہ ہوگا۔ ہاں ایک بات اور ذہن نشین کرلیجئے۔ ٹیلی ویژن آپ قریب سے دیکھتی ہیں تو وہ بھی آپ کے چہرے کے لیے نقصان دہ ہے۔ اس میں سے شعاعیں نکلتی ہیں جو خطرناک ہیں۔ چہرے کی سرخی کم ہوجائے گی اور تین چار ہفتوں میں آپ کو خاصا فرق محسوس ہوگا۔

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں، کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں۔ ہم نوک پلک سنوار لینگے۔ اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں۔ شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کردے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوقِ خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔ ubqari@hotmail.com

جو کوئی ہم کو اللہ تعالیٰ کے نام سے دھوکہ دے گا، ہم اس کا دھوکہ کھالیں گے (حضرت معروف کرخیؒ)

ڈپریشن کا خاتمہ غذاؤں سے

(نسرین فاطمہ، خانیوال)

ہماری غذا میں بعض مقویات کی کمی ہماری مزاجی کیفیت میں خرابی اور پستی کا سبب ہوتی ہے

پستی یا اضمحلال (DEPRESSION) کے علاج کے لیے دواؤں کا استعمال بہت بڑھ گیا ہے، لیکن بعض غذائیں بھی اس سلسلے میں کافی فائدہ مند ہیں۔ بتایا جاتا ہے کہ ناشپاتی، چاکلیٹ اور کھجور پستی کم کرنے میں مدد دیتی ہے۔ لیکن خاص اہمیت اس صحت بخش چکنائی کی ہے جو روغنی مچھلیوں میں پائی جاتی ہے۔ روغنی مچھلی میں سلیمانی مچھلی، ٹراؤٹ، ٹونا وغیرہ شامل ہیں۔ بعض قسم کی چکنائی خصوصاً وہ چکنائی جو گائے اور بھیڑ، بکری کے گوشت نیز دودھ سے تیار شدہ اشیاء میں پائی جاتی ہے، مرضِ قلب اور سرطان کا سبب بن سکتی ہے۔ لیکن بعض چکنائیاں مفید بھی ہوتی ہیں۔ مفید صحت چکنائیوں میں اومیگا ۳ اور اومیگا ۶ قسم کی چکنائی شامل ہے۔ اومیگا ۳ چکنائی کے حصول کا ایک اچھا قدرتی ذریعہ روغنی مچھلی ہے، لیکن یہ چکنائی ہمارے جسم کو کم ہی حاصل ہوتی ہے۔ اومیگا ۶ چکنائی اکثر نباتی تیل اور مارجرین میں پائی جاتی ہے۔

جدید تحقیق سے اس بات کے شواہد ملے ہیں کہ اگر جسم میں اومیگا ۳ چکنائی کی کمی ہو تو ڈپریشن کا خطرہ رہتا ہے۔ ۱۹۹۶ء میں ایک تحقیقی جائزہ شائع ہوا جس سے پتا چلا کہ اومیگا ۳ چکنائی کی ایک قسم ای پی اے (EPA) کی کمی کے باعث ڈپریشن کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ ۱۹۹۸ء میں ایک اور جائزہ شائع ہوا۔ اس جائزے کے مطابق جن لوگوں میں اومیگا ۳ چکنائی (خصوصاً اس کی قسم DHA) کی کمی تھی ان میں ڈپریشن کا رجحان ان لوگوں کی بہ نسبت زیادہ تھا جن میں اس چکنائی کی سطح معمول پر تھی۔ ۱۹۹۹ء اسی موضوع پر ایک اور تحقیق ہوئی جس میں اس بات کی تائید کی گئی کہ ہفتے میں دو بار روغنی مچھلی کھانے کے علاوہ اگر مچھلی کا تیل بھی کھایا جائے تو اچھا ہے۔ مچھلی کا تیل ایک گرام دن میں ایک یا دو بار کھایا جا سکتا ہے۔

بعض غذائیں ہماری مزاجی کیفیت بہتر بنانے میں مدد دیتی ہے۔ جب کہ بعض غذائیں ایسی بھی ہیں جن کا اثر الٹا ہوتا ہے۔ دماغ کی کیمیائی ترکیب و ترتیب میں بڑی نزاکت ہوتی ہے اور یہ اکثر غذاؤں سے بگڑ جاتی ہے۔ ان غذائی اشیاء یا اجزاء میں، جو دماغ کی کیمیائی ترکیب و ترتیب کو درہم برہم کر دیتے ہیں، شکر اور کیفین خصوصاً قابلِ ذکر ہیں۔ کم از کم ایک تحقیقی مطالعہ ایسا ضرور ہے، جس کے مطابق ڈپریشن میں مبتلا جن افراد نے یہ اشیا ترک کیں ان کی مزاجی کیفیت بہتر ہوگئی۔ ظاہر ہے کہ اثر ہونے میں کچھ وقت لگتا ہے اور آپ فوری نتائج کی توقع نہیں کر سکتے۔ لہٰذا ڈپریشن پیدا کرنے والی غذائیں ترک کرنے کے بعد دو ہفتے انتظار کیجئے اور پھر دیکھیے کہ کیا نتائج سامنے آتے ہیں۔

ایک اور اہم بات اس سلسلے میں یہ ہے کہ اگر خون میں شکر کی سطح معمول سے کم رہنے لگے تو یہ رجحان بھی ڈپریشن کا سبب ہو سکتا ہے۔ گو ہمارا جسم اپنے فعل کے لیے مختلف چیزوں سے توانائی حاصل کرتا ہے، لیکن دماغ اپنی ضرورت کے لیے صرف شکر سے توانائی لیتا ہے۔ لہٰذا اگر خون میں شکر معمول سے کم ہو جائے تو مزاجی کیفیت میں نمایاں تبدیلی واقع ہوگی اور ڈپریشن اور چڑچڑاپن غالب آجائے گا۔ خون میں شکر کم ہو جانے کی دیگر علامات یہ ہیں کہ توانائی میں کمی بیشی ہونے لگتی ہے اور میٹھی اور نشاستے والی غذا کی شدید خواہش ہوتی ہے۔ اگر کسی شخص کو ڈپریشن محسوس ہو اور ساتھ ساتھ یہ علامات بھی محسوس ہوں تو اسے چاہیے کہ وہ باقاعدگی سے کھانا کھائے، جس میں ایسی چیزیں شامل ہوں جو خون میں شکر کی سطح کو درست رکھیں مثلاً گوشت، مچھلی، غیر مصفا (بھورے) چاول، بھوسی والی روٹی اور سبزیاں۔ دو کھانوں کے درمیانی وقفے میں اگر پھل اور میوہ جات کھائیں تو یہ اشیاء خون میں شکر کو اس قدر کم ہونے سے روکیں گی کہ کوئی خطرناک صورت حال پیدا ہو جائے۔ اس طرح دن بھر مزاجی کیفیت پر بھی اچھا اثر رہے گا۔ مختصر یہ کہ ہماری غذا میں بعض مقویات کی کمی ہماری مزاجی کیفیت میں خرابی اور ڈپریشن کا سبب ہوتی ہے اور غذا پر توجہ دے کر اس خرابی پر کسی حد تک قابو پایا جا سکتا ہے۔

(بقیہ: وظائف سلطان المشائخ خواجہ نظام الدین اولیاءؒ)

کہ جو شخص اضطراب کی حالت میں ۴۰ مرتبہ سورۂ یٰسین پڑھتا ہے، اللہ تعالیٰ اس کو پریشانی سے نجات عطا فرماتا ہے۔

چنانچہ انہوں نے سورۂ یٰسین پڑھنی شروع کی۔ جب پانچ مرتبہ پڑھ چکے، تو قبر کی کشادگی کے آثار ظاہر ہوئے۔ ایک کفن چور نے کفن کی طمع سے قبر کھودنی شروع کی۔ امام موصوف کو معلوم ہو گیا، کہ یہ حرکت کفن چور کی ہے۔ سورۂ یٰسین آہستہ پڑھنے لگے۔ چالیسویں مرتبہ سورۂ یٰسین پڑھ کر قبر سے باہر نکل آئے۔ کفن چور مارے ہیبت کے وہیں مر گیا۔ امام موصوف نے اسی واقعہ کے بعد تفسیر لکھنی شروع کی تھی۔

زندگی خوشی سے گزرے گی:

فرمایا کہ میں نے ایک رات شیخ الاسلام فریدالدین قدس العزیز کو خواب میں دیکھا آپؒ نے فرمایا کہ تم ہر روز ۹ بار یہ دعا پڑھا کرو۔

﴿لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ﴾

خواب سے بیدار ہوتے ہی میں نے اس دعا کو اپنا ورد بنا لیا۔ میں دل میں خیال کیا کہ حضرت کے اس فرمان میں ضرور کوئی نہ کوئی راز ہوگا۔ بعد ازاں مشائخ کی کتابوں میں لکھا دیکھا، کہ جو شخص یہ دعا روزانہ 100 مرتبہ پڑھے گا۔ اس کی زندگی خوشی سے گزرے گی۔ بغیر اسباب بھی خوش رہے گا۔

خواص سورۂ مزمل:

حضرت محبوب الٰہی نوراللہ مرقدہ نے فرمایا، جو شخص سورۂ مزمل کو پڑھے گا، اور اپنے پاس لکھ کر رکھے گا، اس پر مصیبت نازل نہ ہوگی۔ اللہ اور مخلوق کی نظر میں ذی عزت ہوگا۔ حق تعالیٰ اس کو اپنا ولی بنا دے گا اور اگر اس سورۃ کو پڑھ کر پتھر پر دم کرے گا عجب نہیں وہ سونا بن جائے گا۔ اس کے پڑھنے والے پر زہر اور جادو کا اثر نہ ہوگا۔ ہر بلا سے محفوظ رہے گا۔ بہتے پانی پر پڑھے گا، تو اللہ کے حکم سے پانی پر کھڑا ہو جائے گا۔ قیدی کی رہائی کے لیے پڑھے گا، تو قید سے رہا ہو جائے گا۔

(بقیہ: پستہ سے موسم سرما کو پرلطف بنائیں)

(20) پرانے نزلہ، زکام، دردِ سر، درد کمر اور جسمانی کمزوری کی صورت میں مغز پستہ ایک تولہ مکھن دو تولہ اور چینی ایک تولہ رگڑ کر چاٹنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ (21) بالوں کو بڑھانے اور ملائم کرنے کے لیے پستہ کا تیل استعمال کیا جاتا ہے۔ (22) مغز پستہ کو گوشت یا دال میں ملا کر پکایا جاتا ہے جو کہ بے حد لذیذ ہوتا ہے۔ (23) پستہ کا تیل خارش پر لگانا بے حد مفید ہوتا ہے۔ (24) بلغم کو خارج کرتا ہے۔ (25) پستہ دو تولہ، مغز اخروٹ ایک تولہ، مغز چلغوزہ ایک تولہ اور مغز بادام دو تولہ کا سفوف تیار کر کے ایک تولہ سفوف یا بڑا چمچ کھانے والا ہمراہ دودھ صبح نہار منہ استعمال کرنا ذہن اور حافظہ کو بے حد مفید ہوتا ہے۔

غور سے سنیں، گاجر کے بے شمار فائدے

گاجر کے جوس کا ایک گلاس ہمراہ چند گری بادام ہر صبح پیا جائے تو بے حد طاقت دیتا ہے۔ اگر سردی زیادہ ہو تو تھوڑا گرم کر کے پیا جائے

(انتخاب: پروفیسر لطیف الرحمٰن بائیو کیمسٹری۔ساہیوال)

عربی جزر	فارسی	زروک وگزر
سندھی گجر	انگریزی	Carrot

گاجر ایک ایسی سبزی ہے جو پھلوں میں بھی شمار ہوتی ہے۔ گاجر پکانے، کچی کھانے اور اچار بنانے میں عام استعمال ہوتی ہے۔ آج کل اس کا جوس نکال کر پیا جاتا ہے۔ اس کی کانجی بھی بنائی جاتی ہے۔ جو کہ عام طور پر کالے رنگ کی گاجروں سے بنتی ہے۔ اس کی تین اقسام ہیں۔ سفید، سرک اور شربتی (کالا)۔ گاجر کا حلوا بھی بنایا جاتا ہے۔ اس کے اجزاء میں نشاستہ، فولاد، پروٹین، گلوکوز اور وٹامن اے، بی، ایچ اور ای شامل ہیں۔ اس کا مزاج گرم تر ہوتا ہے۔ کچھ اطباء نے اسے معتدل قرار دیا ہے لیکن گرم تر مزاج صحیح ہے۔ اس کی حسب ذیل خصوصیات اور فوائد ہیں۔

(۱) مفرح اور مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ (۲) گاجر جگر کے سدے کھولتی ہے اور جسم کو طاقت دینے میں لاثانی سبزی ہے۔ (۳) مادہ تولید کو گاڑھا کرتی ہے اور اس سے پیشاب کھل کر آتا ہے۔ (۴) مثانہ وگردہ کی پتھری گاجر کے جوس سے ٹوٹ کر خارج ہو جاتی ہے۔ (۵) گاجر کا حلوا جسم کو طاقت دیتا ہے۔ دل کے امراض میں مفید ہے۔ روزانہ گاجر کے جوس کا ایک گلاس پینے سے دل کا عارضہ نہیں ہوتا۔

(۶) گاجر میں تمام سبزیوں سے زیادہ غذائیت ہوتی ہے۔ (۷) گاجر کھانے سے بینائی میں اضافہ ہوتا ہے (۸) گاجر کا حلوہ کھانے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے (۱۰) گاجر کے بیج بھی بے حد مقوی اعصاب ہوتے ہیں اور مدر بول و حیض کیلئے اس کی خوراک ایک ماشہ سفوف ہمراہ پانی یا دودھ صبح نہار منہ لینی ہوتی ہے (۱۱) گاجر کا مربہ سونے یا چاندی کے ورق کے ہمراہ کھانا، بے حد فرحت بخش اور مقوی ہوتا ہے۔ (۱۲) گاجر کے جوس کا ایک گلاس ہمراہ چند گری بادام ہر صبح پیا جائے تو بے حد طاقت دیتا ہے۔ اگر سردی زیادہ ہو تو تھوڑا گرم کر کے پیا جائے۔ (۱۳) اس سے کانجی بنائی جاتی ہے جو نمکین اور مزے دار مشروب ہے۔ کانجی بھوک بڑھاتی ہے اور گرمی کی شدت کو دور کرتی ہے اور کھانا ہضم کرتی ہے۔ یوں سمجھئے کہ گرمیوں کا بہترین تحفہ ہے۔ اگر میسر آ جائے تو۔ (۱۴) گاجر کا حلوہ عام طور پر زرد گلابی گاجروں سے بنایا جاتا ہے۔ یہ حلوہ ایک سے ڈیڑھ چھٹانک سے زیادہ نہیں کھانا چاہئے۔ کیونکہ پھر وہ دوا نہیں رہتا اور غذا بن جاتا ہے۔ (۱۵) گاجر کا حلوہ دماغی، جسمانی اور مردانہ طاقت کیلئے بے حد مفید ہوتا ہے۔ (۱۷) گاجر کا اچار بھی مرچ، نمک اور رائی ملا کر بنایا جاتا ہے۔ معدہ کو طاقت دیتا ہے اور جگر و تلی کے امراض دور کرنے میں بہترین ہوتا ہے۔ کھانا کھاتے وقت اس کا تھوڑا استعمال بہت مفید ہوتا ہے۔ (۱۸) گاجر کا مربہ دل، دماغ، اور قوت مردی کو طاقت دینے میں بے مثال ہے۔ جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ (۱۹) اگر گاجر کے بیج ایک تولہ اور گڑ آدھ تولہ آدھ سیر پانی میں جوش دے کر بطور جوشاندہ حیض نہ آنے والی عورت کو پلائے جائیں تو عرصہ سے رکا ہوا حیض کھل جاتا ہے۔ دوران حیض درد کی صورت میں بھی یہ جوشاندہ بے حد مفید ہوتا ہے۔ (۲۰) جس عورت کو بچے کی پیدائش کے وقت تکلیف ہو رہی ہو اور بچہ پیدا نہ ہو رہا ہو۔ تو گاجر کے بیج کی دھونی اس طرح دیں کہ دھواں رحم کے اندر چلا جائے۔ آسانی سے بچہ پیدا ہو جائے گا۔ (۲۱) یرقان والوں کیلئے، گاجر کا جوس مصری ملا کر آدھا گلاس ایک ہفتہ تک پلانا یقیناً فائدہ دیتا ہے۔ (۲۲) گاجر جسم میں خون بڑھاتی ہے اور جسم میں طاقت پیدا کرتی ہے۔ (۲۳) گاجر چہرے کا رنگ نکھارتی ہے اور حسن پیدا کرتی ہیں۔ (۲۴) اس کے کھانے سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں۔ (۲۵) پیشاب کی جلن اور سوزاک جیسے موذی مرض سے شفا ہوتی ہے۔ (۲۶) دودھ دینے والے مویشی گاجریں کھانے سے دودھ زیادہ دیتے ہیں۔ (۲۷) گاجریں جسم کے سدے کھولتی ہیں اور لاغری ختم کرتی ہیں۔ (۲۸) کھانسی اور سینے کے درد میں گاجر بہترین چیز ہے۔ (۲۹) گاجریں وہم کو دور کرتی ہیں۔ دماغی پریشانی ختم کرتی ہیں اور روح کو تازگی بخشتی ہیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

بد دعا کی فوری اثر انگیزی

(انتخاب: عطیہ خالد، راولپنڈی)

خون زیادہ نکلا۔ یہاں تک کہ بہہ کر حجاج کی جائے نشست سے نیچے آ گیا حجاج کو یہ دیکھ کر بڑا تعجب ہوا

حضرت سعید بن جبیرؒ کی دعا میں بڑی تاثیر تھی۔ ان کے ہاں ایک مرغ تھا جو رات کو بانگ دے کر انہیں بیدار کر دیتا تھا۔ ایک رات اتفاق سے اس نے بانگ نہ دی حضرت سعید بن جبیرؒ کی آنکھ نہ کھلی اور وہ صبح تک پڑے سوتے رہے۔ صبح کو اٹھے تو انہیں شب میں اپنا بیدار نہ ہونا بہت برا معلوم ہوا۔ غصے میں فرمانے لگے ''اس مرغ کو کیا ہو گیا تھا اللہ اس کی آواز ختم کر دے'' ان کا کہنا حرف بہ حرف پورا ہوا اور اس مرغ نے دوبارہ کبھی بانگ نہ دی۔ اس واقعے کے بعد ان کی والدہ نے فرمایا اب کبھی کسی کے حق میں بد دعا نہ کرنا''

حجاج بن یوسف تمام عمر حضرت سعید بن جبیرؒ کا مداح رہا لیکن ایک مسئلے پر ان دونوں کا اختلاف ہوا اور شدید بحث کے بعد حجاج نے انہیں قتل کرنے کا حکم دے دیا۔ قتل ہونے سے پہلے حضرت ابن جبیرؒ نے دعا کی کہ ''اے اللہ میرے بعد تو حجاج کو کسی پر مسلط نہ کر کہ وہ اس کو قتل کر سکے۔'' یہ دعا قبول ہوئی۔ چنانچہ علامہ ابن خلدون لکھتے ہیں کہ ابن جبیرؒ کی شہادت کے چھ ماہ بعد حجاج بھی مر گیا اور ان چھ ماہ میں وہ کسی کو قتل نہ کر سکا۔

آپ کی شہادت کے وقت جو عجیب واقعہ پیش آیا وہ بھی اس قدر اہم ہے کہ یہاں اس کا ذکر ضروری ہے۔ ہوا یوں کہ حضرت ابن جبیرؒ کے جسم سے عام مقتولوں کے برخلاف خون زیادہ نکلا۔ یہاں تک کہ بہہ کر حجاج کی جائے نشست سے نیچے آ گیا۔ حجاج کو یہ دیکھ کر بڑا تعجب ہوا۔ اس نے فوراً اطباء کو بلا کر وجہ دریافت کی انہوں نے کہا کہ خون روح کے تابع ہوتا ہے۔ تم نے اس سے پہلے جن لوگوں کو قتل کیا ہے خوف و دہشت کی وجہ سے ان کی روح پہلے ہی پرواز کر چکی تھی پھر ان میں خون کہاں سے آتا؟ لیکن ابن جبیرؒ کا معاملہ ان دوسروں لوگوں کے برعکس تھا۔ ان پر خوف و دہشت طاری نہیں ہوئی اور قتل کے وقت روح ان کے اندر موجود تھی۔

کھبے بچوں سے زبردستی نہ کیجیے (احمد خان خلیل)

دنیا کے کتنے ہی بڑے آدمی کھبے تھے مثلاً اٹلی کا فاتح اعظم سیزر، فلورنس کا شہرہ آفاق مصور، مجسمہ ساز اور ماہر تعمیرات لیونارددوداونچے، اٹلی کا عظیم مصور، مجسمہ ساز، ماہر تعمیرات اور شاعر مائیکل اینجیلو اور امریکا کا صدر ٹرومین

اس سے ہکلاہٹ، ذہنی پس ماندگی اور کئی دوسری نفسیاتی الجھنیں پیدا ہوسکتی ہیں۔

کھبا (بایاں) یا سجا (دایاں) ہونا اکتسابی نہیں بلکہ پیدائشی ہے۔ پرانے زمانے میں کھبے پن کو خلاف معمول سمجھا جاتا تھا اور بے چارے بچوں کو جبراً دائیں ہاتھ کے استعمال پر مجبور کیا جاتا تھا۔ لیکن اب جب کہ علم کی روشنی گھر گھر پہنچ چکی ہے۔ اور یہ بات مسلمہ طور پر معلوم ہے کہ دائیں یا بائیں ہاتھ کا استعمال مشق سے نہیں آتا بلکہ یہ پیدائشی ہے، اس معاملے میں زبردستی نہیں کرنی چاہیے۔

اگر چہ ماہرین اس کے اسباب پر کوئی قطعی فیصلہ نہیں دے سکے ہیں۔ لیکن اکثریت اس بات کی حامی ہے کہ انسانی دماغ کے دو اطراف میں سے ایک طرف قوی تر یا غالب ہوتی ہے اور وہی جسم پر زیادہ اثر انداز ہوتی ہے۔ کھبے آدمی کے دماغ کا دایاں حصہ غالب ہوتا ہے اور سجے آدمی کے دماغ کا بایاں حصہ۔ سمت کے مخالف ہونے کی وجہ یہ ہے کہ دماغی اعصاب دائیں حصے سے بائیں کی طرف اور بائیں حصے سے دائیں طرف جاتے ہیں۔

دماغ کا جو حصہ غالب یا قوی ہوتا ہے۔ اس کا بول چال پر بھی اثر زیادہ ہوتا ہے۔ اس سے نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ اگر کھبے بچے کو زبردستی دائیں ہاتھ استعمال کرنے پر مجبور کیا جائے تو اس میں ہکلاہٹ پیدا ہوسکتی ہے۔ کیوں کہ اس کی بول چال کا کنٹرول تو دائیں حصہ دماغ سے ہوگا۔ یہ تضاد صرف ہاتھوں پر اثر انداز نہیں ہوتا بلکہ اس سے پورا جسم متاثر ہوگا۔ مثلاً آنکھیں، کان، جبڑے اور ٹانگیں۔ اب جب کہ یہ معلوم ہو کہ بچہ کھبا ہے اور اسے زبردستی "سجا" بنایا جائے تو اس کے دماغ اور فعل میں کش مکش، اس کی حرکات کو بدنما اور غیر مناسب بنادے گی۔ یہی تضاد نفسیاتی صورت اختیار کرلے گا اور اس سے اس کی شخصیت بھی دولخت ہوجائے گی۔

اگر ہم چاہیں کہ کسی بچے کو دونوں ہاتھ برابر استعمال کرنے کی مشق کرائیں تو اس کے نتائج بھی اسی قدر ناخوش گوار ہوں گے۔

بچے کو طبعی میلان پر چھوڑ دیا جائے:۔

شیر خوار بچے بتدریج دائیں یا بائیں ہاتھ کے زیادہ استعمال کا میلان ظاہر کرتے ہیں۔ بعض کافی مدت تک یہ فیصلہ نہیں کرپاتے کہ کون سا ہاتھ استعمال کریں۔ کبھی دایاں ہلاتے یا اس سے چیزیں پکڑنے کی کوشش کرتے ہیں، کبھی بایاں ہاتھ۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ کچھ مدت ایک ہاتھ کا استعمال ظاہر کرکے پھر دوسرے ہاتھ کو برتنے لگ جاتے ہیں۔

طبی نقطۂ نگاہ سے یہ بات اہم ہے کہ بچے کو خواہ مخواہ غلط ملط نہ کیا جائے۔ اگر وہ کسی ایک ہاتھ کے زیادہ استعمال کا اظہار نہیں کررہا تو اسے اس کے حال پر رہنے دیا جائے۔ بعض حالتوں میں بچے دو سال کے بعد اس بات کا فیصلہ کرپاتے ہیں کہ کون سا ہاتھ استعمال کیا جائے۔ والدین اس مسئلے میں غیر جانبدار رہیں تو اچھا ہے۔

پریشانی کی وجہ معاشرتی ہے:۔

بات دراصل یہ ہے کہ دنیا میں اکثریت دائیں ہاتھ استعمال کرنے والوں کی ہے۔ اکثریت کا یہ غلبہ والدین میں پریشانی کا باعث ہوتا ہے کہ ان کا بچہ خلاف معمول ہو کر مشکلات کا سامنا کرے گا اس میں کوئی شک نہیں کہ بعض دشواریاں موجود ہیں۔ لیکن ان کی وجہ بھی یہی ہے کہ اکثر آلات، لکھنے کا سامان، کھلونے موسیقی کے ساز، مشینیں دائیں ہاتھ والوں کے لیے بنائی گئی ہیں۔

مگر اب حالات بدل رہے ہیں۔ بہت سے آلات، مشینیں اور چیزیں بائیں ہاتھ والوں کے لیے بننے لگی ہیں۔ مثلاً قینچیاں، رائفلیں، گولف کلب، کھیل کے سامان، سب کی سب چیزوں میں دائیں بائیں ہاتھ کا استعمال پریشانی پیدا نہیں کرتا۔

صحیح قسم کی حوصلہ افزائی کی ضرورت ہے:۔

والدین کا اس بات پر یقین ہونا چاہیے کہ کھبے بچے کسی لحاظ سے سجے بچوں سے ذہنی یا جسمانی طور پر کم تر نہیں ہوتے۔ صرف ایک بات انہیں کھٹک سکتی ہے اور وہ ہے تحریر۔ اس کا حل یہ ہے کہ وہ کاغذ کو قدرے بائیں طرف ٹیڑھا رکھیں۔

دنیا کے کتنے ہی بڑے آدمی کھبے تھے مثلاً اٹلی کا فاتح اعظم سیزر، فلورنس کا شہرہ آفاق مصور، مجسمہ ساز اور ماہر تعمیرات لیونارددوداونچے، اٹلی کا عظیم مصور، مجسمہ ساز، ماہر تعمیرات اور شاعر مائیکل اینجیلو اور امریکا کا صدر ٹرومین۔ کیا مصوروں اور ماہرین تعمیرات کو نازک کام نہیں کرنے پڑتے؟

لہٰذا اس خیال کو دل سے نکال دینا چاہیے کہ بچے کی شخصیت یا اس کی کامیابی پر کوئی اثر پڑے گا۔ بلکہ کوشش یہ کیجیے کہ آپ اس کی حوصلہ افزائی کریں کہ بقدر ضرورت دائیں ہاتھ کو استعمال کرسکے لیکن کسی صورت میں بھی اس پر زبردستی نہ کریں۔ ورنہ اس کے ذہن اور نفسیات میں الجھنیں پیدا ہوں گی۔ والدین کو چاہیے کہ اسکول کے اساتذہ سے بھی رابطہ رکھیں تاکہ کھبے بچوں پر وہ بھی احساس کمتری مسلط نہ کریں۔

بھیک کے ٹکڑے

ایک عورت نے سرراہ چارپائی بچھا کر اس پر بھیک کے ٹکڑے سوکھنے کے لیے ڈال رکھے تھے۔ ایک اونٹ نے چلتے چلتے گردن اٹھا کر دو چار ٹکڑے کھالیے۔ عورت نے اونٹ والے کو کوسنا شروع کردیا۔ لوگ جمع ہوگئے اور اس آدمی کو سخت سست سنائیں۔ وہ رونے لگا اور لوگوں نے رونے کا سبب پوچھا تو اس نے کہا۔ "اس بوڑھیا کے دو چار ٹکڑے ہی ضائع ہوگئے ہیں، لیکن میرا اونٹ ہمیشہ کے لیے ضائع ہوگیا ہے کیونکہ بھیک کے ٹکڑے اس کے منہ کو لگ گئے ہیں۔ اب یہ کام نہ دیگا۔ (انتخاب: فرید خان۔ جڑانوالہ)

جیب تراشی کے انوکھے چشم دید واقعات

اکثر لڑکیاں بھی جو بے راہ روی کا شکار ہو کر گھر سے بھاگ جاتی ہیں اور پھر گرو، ماسٹر یا استاد کے ہتھے چڑھ کر اپنی دنیاوی زندگی کے ساتھ عاقبت بھی خراب کر بیٹھتی ہیں

سابق پولیس انسپکٹر چوہدری محمد رمضان اپنی زندگی کے تجربات یوں بیان کرتے ہیں۔

اس جرائم کی دنیا میں ہر قسم کے انسان ملیں گے۔ قاتل بھی ملیں گے، ٹھگ بھی ملیں گے، دھوکہ باز، دوسروں کا مال ہتھیانے والے۔ ڈاکو، چور، راہزن بھی ملیں گے اور اس جرائم کی دنیا میں ایک نام ایسا ہے جو سب سے زیادہ سختی کے قابل ہے۔ اور وہ نام ہے "جیب تراش" کا۔

جیب تراشی کے مختلف زبانوں کے کئی نام ہیں مثلاً جیب کترہ۔ پاکٹ مار۔ گنڈہ کٹ، گندھ کپ۔ پک پاکٹ جس کا مقصد صرف ایک ہی ہوتا ہے کہ کسی انسان کو اسکی حالت بیداری میں اسکی جمع پونجی سے محروم کر دینا۔ جیسا کہ میں نے عرض کیا ہے کہ یہ طبقہ سب سے زیادہ قابل نفرت ہے۔ اس لیے کہ وہ نہیں دیکھتے کہ کوئی شخص اپنے بیمار بچے کی دوائی لینے کے لیے کسی سے ادھار رقم لیکر آیا ہے۔ وہ یہ نہیں دیکھتے کہ کوئی اپنی بیٹی کے جہیز کا سامان لینے کے لیے آیا ہے اور محنت سے رقم جمع کی ہے۔ وہ یہ نہیں دیکھتے کہ کوئی اپنے عزیز کا کفن دفن کا سامان خریدنے آیا ہے اور اگر وہ بروقت سامان لیکر نہ پہنچا تو میت کے دفن کرنے میں تاخیر ہوگی۔ وہ یہ نہیں دیکھتے کہ کوئی مسافر راستہ میں رقم نہ ہونے کی وجہ سے کتنا پریشان ہوگا۔ وہ تو اپنا کام کعبہ کا طواف کرتے ہوئے، صفا و مروہ کی سعی کرتے ہوئے منیٰ میں شیطان کی رمی کرتے ہوئے، لوگوں سے کر جاتے ہیں۔ ان کو ذرہ بھر احساس نہیں ہوتا کہ وہ شخص اپنے وطن کیسے پہنچے گا۔ جبکہ سعودی حکومت میں بھیک مانگنا بھی جرم ہے۔

طریقہ واردات:- جیب تراش یہ کام یا تو بلیڈ سے کرتے ہیں یا دو انگلیوں سے۔ کلمہ والی انگلی اور درمیانی انگلی کے ساتھ کسی کی جیب سے یا بیک پاکٹ سے رقم نکالتے ہیں۔ ان کا نام سلاخیں رکھا ہوا ہے۔ جس کی جتنی پتلی اور لمبی انگلیاں ہونگی واردات کرنے میں ماہر سمجھا جاتا ہے۔ اگر کسی نے شلوار کے نیفہ۔ اندرونی جیب میں رقم رکھی ہو تو بلیڈ استعمال کرتے ہیں۔ اور تیسرا طریقہ واردات یہ بھی ہے کہ اپنے شکار سے ٹکراتے ہیں اور کام کر جاتے ہیں۔ ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ کوئی بڑا آدمی کسی بچے کو ڈانٹ ڈپٹ کر رہا ہوتا ہے اور بچہ اس سے ڈر کر کسی دوسرے کی پناہ میں جا چھپتا ہے۔ اور اپنا کام کر جاتا ہے۔ حالانکہ بڑے اور بچے کا واردات کرنے کا یہ ایک ذریعہ ہوتا ہے۔ بعض نوجوان لڑکیاں بھی اس قسم کے کام میں ملوث ہوتی ہیں۔ راہ جاتے کسی شخص سے ٹکراتی ہیں اور کام کر جاتی ہیں یا پھر اپنا کوئی پرس وغیرہ ٹکراتے ہی زمین پر گرا دیتی ہیں اور وہ شخص از راہ ہمدردی وہ چیز اٹھانے لگتا ہے اور پونجی سے محروم ہو جاتا ہے۔ بعض لڑکیاں فحاشی کے لیے کسی کے ساتھ جاتی ہیں اور راستہ میں اپنا کام مکمل کر کے غائب ہو جاتی ہیں۔ یہ کام بچپن سے شروع کیا جاتا ہے اور جب تک مر نہ جائیں اپنا کام جاری رکھتے ہیں۔ بچپن سے جوانی تک یہ کام خود کرتے ہیں اور بوڑھا ہو جانے پر شاگرد رکھ لیتے ہیں۔ اور خود استاد، ماسٹر اور گرو کہلاتے ہیں اور ٹریننگ دیتے ہیں۔

عمر:- اس کام میں عمر کی کوئی قید نہیں ہے۔ اکثر بچپن میں سکولوں سے بھاگے ہوئے بچے، وی سی آر وغیرہ کے شائقین، اپنے سے بڑے گھرانے کے لوگوں سے دوستی رکھنے والے بچے۔ جب ان کے دوست کھلا خرچ کرتے ہیں اور یہ غربت کی وجہ سے خرچ نہیں کر سکتے تو ان کی دیکھا دیکھی روپیہ کی لالچ میں گھروں سے بھاگ کر کسی استاد ماسٹر یا گرو کے ہتھے چڑھ جاتے ہیں اور وہ ان کو جیب تراشی کا دھندہ سکھا دیتا ہے اور اس سے روزانہ کا بھتہ وصول کرتا ہے۔ اکثر لڑکیاں بھی جو بے راہ روی کا شکار ہو کر گھر سے بھاگ جاتی ہیں اور پھر گرو، ماسٹر یا استاد کے ہتھے چڑھ کر اپنی دنیاوی زندگی کے ساتھ عاقبت بھی خراب کر بیٹھتی ہیں۔ جیب تراش کرنے والے اکثر منشیات کے بھی عادی ہوتے ہیں اور منشیات حاصل کرنے کے لیے ان کو رقم کی ضرورت ہوتی ہے اور وہ یہ دھندہ کرتے ہیں۔

جائے واردات:- جیب تراش اکثر بس سٹینڈ پر، سینما گھروں کے باہر، درباروں پر، میلوں پر،

(بقیہ صفحہ نمبر 33 پر دیکھیں)

8 اکتوبر کا زلزلہ

(تحریر: محمد عارف عباسی۔۔۔ احمد پور شرقیہ)

حکیم صاحب اسلام علیکم! آنکھوں دیکھا واقعہ ماہنامہ "عبقری" کے قارئین کی نذر کر رہا ہوں۔ ایک لڑکی اپنی والدہ صاحبہ کے ساتھ گاؤں سے نکل کر کسی ضرورت سے جا رہی تھیں کہ اچانک اس کو کسی نے اٹھا کر دوسرے سامنے والے پہاڑ پر پہنچا دیا۔ جو پہاڑ 1/2 گھنٹے کی مسافت پر تھا۔ وہ اب 10 منٹ کی مسافت پر آ گیا اور وہ جس گاؤں سے نکل کر جا رہی تھیں وہ گاؤں زمین میں دھنس گیا۔ اور گاؤں کا نام و نشان تک مٹ گیا۔ گاؤں صفحہ ہستی سے مٹ گیا۔ (یاد رہے کہ آزاد کشمیر میں اگر ایک جگہ 5 یا 6 گھر بھی ہوں تو ان کو بھی گاؤں کہا جاتا ہے)

کہا جاتا ہے کہ زلزلے کے وقت میں اتنی تباہی نہیں ہوئی جتنی تباہی زلزلے کے بعد پہاڑوں کے سرکنے، جگہ تبدیل کرنے سے اور پتھروں کی بارش سے ہوئی۔ اکثر اموات پتھروں اور تودوں کے گرنے سے ہوئی اور بعض جگہوں سے آگ بھی نکلی۔ زلزلے سے پہلے کے وقت پرندوں کا شور مچانا اور چوپاؤں میں افسردگی کی کیفیت کا بننا، یہ ہر آدمی کے علم میں آ چکا تھا۔ دنیا میں جو زلزلے اب تک آئے ہیں ان میں یہ بات تھی کہ زمین ایک طرف سے دوسری طرف حرکت کرتی ہے اور پھر پہلی طرف حرکت کرتی ہے۔ لیکن اس زلزلہ میں یہ بات خاص تھی کہ پہلا اور دوسرا جھٹکا حسب سابق ہی تھا لیکن اس کے بعد زمین نے اسی طرح تیزی سے گھومنا شروع کر دیا جیسے لٹو کو گھمایا جاتا ہے۔

(بقیہ: کامیابی کے راستے)

اور عالمی سطح پر پڑھی جاتی ہے۔ ڈاکٹر سالم علی کو ذہنی ادارہ میں جگہ نہیں ملی تھی۔ انہوں نے آسمانی مشاہدہ میں اپنے لیے زیادہ بہتر کام تلاش کر لیا۔ ان کو ملکی ملازمت میں نہیں لیا گیا تھا، مگر اپنی اعلیٰ کارکردگی کے ذریعہ وہ عالمی اعزاز کے مستحق قرار پائے۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں' بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

باتیں عجیب نسخے لاجواب (ایڈیٹر کے قلم سے)

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کرلاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں

میرے مطب میں ایک مریض آیا کہنے لگا کہ بواسیر خونی اور کبھی کبھی بادی نے زندگی سے تنگ کر دیا ہے۔ سخت پریشان ہوں، بیٹھ کر کام کرنے کی مجبوری ہے۔ جب زیادہ دیر بیٹھ جاؤں تو پھر کھڑا ہونا مشکل اور اگر اسی دوران حاجت کے لیے جانا پڑے تو نہایت سخت تکلیف کا سامنا ہوتا ہے۔ بعض اوقات گھنٹوں حاجت کو روکتا ہوں کہ اگر حاجت کے لیے گیا تو معاملہ نا قابل برداشت ہو جائے گا۔ میں نے تشخیص کے بعد مندرجہ ذیل نسخہ دیا جو بلا کم و کاست قارئین کی نذر ہے۔ واقعی لاجواب نسخہ ہے اور عظیم فوائد کا حامل ہے۔ ایسے راز تو لوگ دل میں لے کر چلے جاتے ہیں لیکن میں ایسے رازوں کو چھپانا سخت گناہ سمجھتا ہوں۔ خوشی ہوگی کی کسی کا بھلا ہو جائے اور اسکے دل سے دعا نکل جائے۔

نسخہ ھوالشافی:

چھلکا ریٹھا (جسکی پانی میں جھاگ بنتی ہے اور پہلے دور میں کپڑے دھونے کے کام آتا تھا) 50 گرام، گوند کتیرا 50 گرام دونوں اکٹھے کوٹ پیس کر، ہلکا گرم پانی ملا کر گولیاں بنا لیں۔ چنے کے برابر ایک گولی صبح و شام پانی کے ہمراہ کھانے سے قبل یا دن میں ۳ بار بھی لے سکتے ہیں۔

میرے محسن دوست عبدالوحید صاحب نے مجھے بتایا کہ مجھ سے ایک صاحب یہی گولیاں بہت زیادہ مقدار میں لے جاتے تھے (عبدالوحید صاحب ریٹھے کا ہموزن کشتہ قلعی ملاتے ہیں ورنہ فائدہ ایک ہی طرح کا ہے چاہے گوند کتیرا ملائیں یا کشتہ قلعی ملائیں لیکن شاید کشتہ قلعی کا فائدہ زیادہ ہو) میں نے ان سے پوچھا کہ اتنی گولیاں آپ کیا کرتے ہیں۔ خاموش ہو گئے پھر بتانے لگے کہ ہمارے ہاں ایک صاحب کی ٹانگ ٹوٹ گئی۔ ہڈی جڑ گئی لیکن زخم میں پیپ پڑ گئی بہت علاج کرائے حتیٰ کہ ڈاکٹروں کے مشورے سے ٹانگ کاٹنے کا مشورہ ہوا۔ میں نے یہی ریٹھے والی گولیاں صبح و شام استعمال کرانا شروع کر دیا۔ کچھ ہی عرصے کے بعد زخم بھرنا شروع ہو گیا اور مریض بھلا چنگا ہو گیا۔ اس دن سے میری ان گولیوں کے بارے میں شہرت ہو گئی ہے اور دور دور سے لوگ ہڈی کے زخموں اور گلے سڑے بدبودار زخموں کے لیے لے جاتے ہیں۔ ان گولیوں کی وجہ سے مجھے بہت آمدنی ہو رہی ہے۔ اسی دوران ایک مریض کے زخم تھے، وہ گولیاں لے گیا۔ اسکو شوگر بھی تھی۔ جب اس نے یہ گولیاں استعمال کیں تو اسکو شوگر میں فائدہ ہوا۔ اس نے یہ گولیاں مزید استعمال کیں تو اسکی شوگر ختم ہو گئی۔ اس مریض نے مجھے آ کر بتایا کہ مجھے ہڈی کی پیپ اور زخم کے ساتھ ساتھ شوگر میں بھی افاقہ ہو گیا۔ پھر میں نے یہی گولیاں شوگر کے مریضوں کو دینا شروع کر دیں اور شوگر کے مریض صحت یاب ہونے لگے۔ ایک صاحب مجھ سے یہ گولیاں لے جاتے ہیں اور عرب ممالک کے مریضوں کو دیتے ہیں۔ کیونکہ وہاں شوگر بہت زیادہ ہے۔ تو قارئین! جہاں مذکورہ گولیاں شوگر، زخموں کے لیے مفید ہیں وہاں بواسیر کے لیے لاجواب نسخہ ہے ہزاروں مریضان بواسیر، اللہ عزوجل کے فضل و احسان سے صحت یاب ہو گئے ہیں۔

یہ گولیاں ایسے مریضوں کے لیے مفید ثابت ہوئی ہیں جن کو ہر سال سانپ کاٹ جاتا ہے کیونکہ ایسے مریضوں کو اگر سال کے بعد انہیں ایام میں سانپ نہ کاٹے تو انہیں بے چینی ہوتی ہے اور پھر سانپ کاٹ جائے تو طبیعت میں سکون اور اطمینان ہوتا ہے ایسے مریضوں کے لیے اگر ان گولیوں کا مستقل استعمال کرایا جائے تو حد درجہ مفید ہیں۔ ایک گولی صبح و شام کھانے سے قبل دودھ کے ہمراہ چند ماہ۔

انہیں صاحب نے بتایا کہ ریٹھا کے اندر سیاہ گٹھلی، گولی نما ہوتی ہے اسکو توڑنے پر ایک گولی نکلتی ہے وہ گری ایک عدد نہار منہ پانی سے نگلنے سے شوگر کو بہت فائدہ مند اور آزمودہ ہے۔

یہ واقعہ آج سے تقریباً بارہ سال قبل کا ہے کہ برادرم مذکورہ کے بقول ایک صاحب آئے اور مختلف امراض کا علاج اور نسخہ جات مجربات پوچھتے رہے اور میں بتاتا رہا حتیٰ کہ چلے گئے تھوڑی دیر کے بعد واپس آ گئے اور کہنے لگے میں نے آپ سے پوچھا اور آپ نے بلا تکلف بتا دیا اور بخل سے کام نہیں لیا میرا ضمیر گوارا نہیں کرتا کہ میں آپ سے اتنے مجربات پوچھوں اور خود ایک نسخہ بھی نہ بتاؤں کہنے لگے جن کے اولاد نہ ہو اور تمام علاج کرا کر تھک چکے ہوں افاقہ نہ ہوتا ہو حتیٰ کے مایوس ہو گئے ہوں ایسے مریضوں کو میں مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کراتا ہوں اور جب بھی مریضوں کو یہ نسخہ استعمال کرایا نہایت مفید ثابت ہوا۔ کئی بے اولاد، اولاد کی خوشیوں سے مالا مال ہوئے۔ ریٹھا کا چھلکا اتار کر کوٹ لیں اور 1/2 حصہ بیوی استعمال کرے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

کیا عورت جن کی نظر حق ہے؟

نظر بد کی تاثیر نظر لگانے والے کی طرح سے، دیکھنے پر ہی موقوف نہیں، بلکہ کبھی نظر لگانے والا نابینا بھی ہوتا ہے

جنات کی نظر لگ جانے کی یہ دلیل ہے، جو ام المومنین حضرت ام سلمہؓ نے بیان کی ہے کہ نبی ﷺ نے ان کے گھر میں ایک لڑکی کو دیکھا، جس کے چہرے میں (سفعة) زردی تھی، آپ ﷺ نے فرمایا: (**اسْتَرْقُوْا لَهَا فَاِنَّ بِهَا نَظْرَةً**) ''اسے دم کروائیں، اسے نظر لگی ہے'' حسین ابن مسعود فراء بغوی کہتے ہیں: سفعة کا معنی ہے کہ اسے جن کی نظر لگ گئی ہے۔

ابن قتیبہ فرماتے ہیں: سفعة وہ رنگ ہے جو چہرے کے رنگ کے مخالف ہو۔ خطابی فرماتے ہیں: جنوں کی نظریں نیزوں سے بھی زیادہ پار اترنے والی ہیں۔ ابن قیمؒ فرماتے ہیں: نظر دو طرح لگتی ہے۔ (۱) انسانی نظر (۲) جنی نظر

شیخ محمد بن عبدالوھاب فرماتے ہیں: ﴿**ومن شر حاسد اذا حسد**﴾ (الفلق: ۱۱۳/۵)

''اور حسد والے کے حسد کی برائی سے پناہ مانگتا ہوں جب وہ حسد کرے۔'' اس میں جنوں کے حاسد اور انسانوں کے حاسد سب شامل ہیں۔ بے شک شیطان اور اس کا گروہ ایمانداروں سے حسد کرتے ہیں۔ اس وجہ سے کہ اللہ تعالیٰ نے انہیں جنات کے مقابلہ میں اپنے خصوصی فضل سے نواز رکھا ہے۔

نظر کس طرح برباد کرتی ھے؟ اولاً سب سے ضروری ہے کہ ہمارا یہ ایمان ہونا چاہئے کہ نظر وغیرہ اللہ تعالیٰ کے ارادہ اور مشیت سے ہی اثر ڈال سکتی ہے۔ پھر کبھی انسان کو اپنی نظر بھی لگ جاتی ہے اور کبھی دوسرے کی۔ اور کبھی غیر ارادی طور پر لگتی ہے اور بلکہ کبھی نظر لگانے والا بغیر دیکھے بھی نظر لگا دیتا ہے۔ مثلاً وہ نابینا ہوتا ہے۔ یا جسے نظر لگی ہے وہ موجود نہیں ہوتا اور نظر لگانے والا اس کی عدم موجودگی میں اس کی تعریف کرتا ہے، جس سے نظر لگ جاتی ہے۔ کبھی نظر پسندیدگی کے اظہار کیوجہ سے لگتی ہے، یعنی غصہ یا حسد نہیں ہوتا۔ اور کبھی محبت کرنیوالے کی نظر بھی لگ جاتی ہے۔ اور کبھی صالح آدمی کی نظر لگ جاتی ہے۔ لہذا خیال رہنا چاہئے کہ کسی دوسرے کی اچھی چیز پر نظر پڑے یا خود اسے اپنا آپ ہی بھلا لگے، یا اہل و عیال وغیرہ کو دیکھے تو قرآن میں مذکور ورد (**ماشاء اللہ لا قوۃ الا باللہ**) ''(جو اللہ چاہے (ہوگا) کوئی طاقت نہیں مگر اللہ کی مدد سے)'' کرنا چاہئے۔ ابن قیمؒ فرماتے ہیں۔ نظر بد (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

بزدل بار بار مرتے ہیں اور بہادر کو صرف ایک بار موت آتی ہے (مادر ملت فاطمہ جناحؒ)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

اگر چہ ابتدا میں آپ سخت ذہنی کش مکش سے دوچار ہوں گے، لیکن مقصد کا یقین، منزل کا واضح تصور اور مستقبل کی کامیابی آپ کے راستے کے پتھروں کو ہٹانے کی طاقت بخش دے گی

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

ذہنی صلاحیتوں کا استعمال

میں اگر چہ علمی زندگی میں قدم رکھ چکا ہوں۔ تاہم ابھی طلب علم باقی ہے اور مجھے اپنی تعلیمی کمی کا احساس ہے۔ میں نے انٹر پاس کیا ہے۔ مطالعہ کافی ہے، لیکن میرے کام نہیں آتا۔ اس کی وجہ شاید یہ ہو کہ میں نے مطالعے میں اپنے آپ کو محدود نہیں رکھا۔ جو کتاب سامنے آئی پڑھ لی۔ اس کا نتیجہ یہ ہے کہ بہت کچھ معلومات کے باوجود کچھ معلوم نہیں، کیوں کہ کسی مضمون میں طاق نہیں ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ اپنی ذہنی صلاحیتوں سے کام لوں اور کسی مضمون میں کمال نہیں تو قابلِ ذکر ترقی ضرور کروں اور پھر اس کے مادی فوائد بھی حاصل کروں۔ کئی بار ارادہ کیا کہ اب صرف ایک مضمون تک اپنی ذہنی سفر کو محدود کرلوں گا یا آگے تعلیم کے لیے امتحان کی تیاری تک اپنی کوششوں کو مرتکز کرلوں۔ لیکن کچھ دن تک اپنے ارادے پر قائم رہتا ہوں پھر خیالات بہک جاتے ہیں اور اس طرح کوئی ٹھوس نتیجہ نہیں نکل پاتا۔ آپ میری راہنمائی فرما سکیں تو بے حد ممنوں ہوگا۔ (نورالحسن شاہ۔ پنڈی بھٹیاں)

جواب: ۔ آپ کا عمل کچھ اس طرح کا معلوم ہوتا ہے کہ ایک آدمی کبھی ایک جگہ کنواں کھودے اور کبھی دوسری جگہ، مگر تھوڑا سا کھودنے کے بعد بددل ہو جائے یا اس کو دوسری جگہ زیادہ مناسب معلوم ہونے لگے۔ اس طرح اس کو پوری زندگی اس بے نتیجہ جان فشانی میں گزر جائے گی۔ اور وہ پورا کنواں نہ کھود سکے گا اور خود اپنی پیاس بجھا سکے گا اور نہ دوسروں کو سیراب کر سکے گا۔ یہ ایک ذہنی عادت بن جاتی ہے اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ ایسا آدمی فیصلہ کرنے کے بعد بھی سوچ بچار جاری رکھتا ہے۔ ظاہر ہے کہ جب کسی مسئلے پر آدمی سوچتا ہی رہے گا تو نئے نئے پہلو، اچھے اور برے۔ سامنے آتے ہی رہیں گے اور اس کے ارادے کو متزلزل اور کمزور کرتے رہیں گے۔ صحیح طریقہ یہ ہے کہ آدمی کوئی فیصلہ کرنے سے پہلے خوب اچھی طرح سوچ بچار کرے، مشورہ کرے اور پورے عزم کے ساتھ فیصلہ کر کے عمل شروع کر دے۔ عمل شروع کرنے کے بعد اس مسئلے پر غور و فکر بالکل بند کر دینا چاہیے اور اپنی ساری ذہنی قوتوں کو اس فیصلے کی تکمیل پر لگا دینا چاہیے تا کہ یک سوئی حاصل رہے اور ذہنی خلفشار عملی قوتوں کو کمزور نہ کر سکے۔ آپ کے خط سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ ذہین آدمی ہیں اور ذہن سے کام بھی لیتے رہتے ہیں، لیکن ذہانت کو اگر صحیح طریقے سے کام میں نہ لایا جائے تو نہ صرف یہ کہ اس سے آدمی کو کوئی فائدہ نہیں پہنچتا بلکہ الٹا نقصان پہنچتا ہے اور بعض وقت تو یہی ذہانت آدمی کے لیے عذاب بن جاتی ہے۔

ممکن ہے آپ کو اپنے فیصلے پر قائم نہ رہنے دینے والا ایک عمل یہ بھی ہو کہ آپ نے اب تک جو فیصلہ کیا ہو وہ آپ کے رجحان طبع کے مطابق نہ ہو۔ اس لیے میں آپ کو یہ مشورہ دوں گا کہ سب سے پہلے آپ اپنے رجحانات کا صحیح اندازہ لگائیے۔ رجحان کے مطابق کام کر کے ہی آدمی اچھے ثمرات حاصل کر سکتا ہے۔ خوب اچھی طرح جائزہ لیکر اپنے رجحان طبع کو سمجھیں اور پھر اس کے مطابق عملی جدو جہد شروع کیجئے، صحیح سمت میں جدو جہد ہی منزل پر پہنچاتی ہے۔ آپ کے لیے یہی مرحلہ ذرا دشوار ہے کہ بار بار فیصلہ بدلنے کی ذہنی عادت سے چھٹکارا حاصل ہو۔ جب آپ صحیح فیصلہ کرلیں گے تو پھر اس پر قائم رہنے میں آپ کو آسانی ہو جائے گی۔ اگر چہ ابتدا میں آپ سخت ذہنی کش مکش سے دو چار ہوں گے، لیکن مقصد کا یقین، منزل کا واضح تصور اور مستقبل کی کامیابی آپ کے راستے کے پتھروں کو ہٹانے کی طاقت بخش دے گی۔

اپنے فطری رجحان کا صحیح اندازہ کرنے کے بعد آپ ان باتوں پر عمل کیجئے۔

(1-) مقصد متعین کیجیے کہ آپ کو کیا بننا ہے اور اس مقصد کو لکھ کر رکھ لیجئے۔ اکثر اپنی اس تحریر کو دیکھتے رہیے۔

(2-) اس مقصد کے حصول کی پہلی سیڑھی کیا ہے، اس کو صحیح طور پر سمجھیے۔ (3-) حصولِ مقصد کے ذرائع میں سے بہترین ذریعے کا انتخاب کیجئے۔ (4-) فیصلہ کرنے کے بعد نہ اپنے ذہن کو تکلیف دیجیے اور نہ دوسروں کے مشوروں یا اعتراضات پر کان دھریئے (5-) ایسے دوستوں اور ماہرین سے ملیے جو اس مقصد کی تکمیل میں آپ کی مدد کر سکیں اور اپنے تجربات سے آپ کو فائدہ پہنچا سکیں۔

6- اپنی تمام ذہنی و عملی قوتیں اس مقصد کے حصول میں لگا دیجیے۔ آپ کی ذہنی صلاحیتوں کا تقاضہ ہے کہ آپ اعلیٰ تعلیم حاصل کر کے بھر پور زندگی گزاریں اور معاشرے کو بھی فائدہ پہنچائیں۔

قوتِ ارادی کی کمی

مجھ میں قوت ارادی کی کمی ہے۔ کئی کاموں کے شروع کرنے یا پورا کرنے کا ارادہ کرتا ہوں، کچھ دن عمل کرتا ہوں، لیکن کچھ دن بعد ارادہ بدل جاتا ہے۔ دوستوں کے متوجہ کرنے سے اپنی اس کمزوری کا احساس ہوا۔ دور کرنے کا ارادہ بھی کیا، مگر ارادہ ہی تو کمزور ہے۔ (ن، الف، اعوان)

جواب: کسی مرض کے علاج کا پہلا مرحلہ مرض کو پہچاننا اور اس کے اسباب کو سمجھنا ہی ہوتا ہے۔ آپ کو احساس ہے کہ آپ میں قوتِ ارادی کی کمی ہے۔ اس کمی کا علاج مشکل تو ہے، لیکن ناممکن نہیں۔ ارادہ باندھنا اور پھر بدل دینا ایک عادت سی بن جاتی ہے۔ اسی ذہنی عادت سے چھٹکارا، عادات کی اصلاح کے اصول ہی پر کیا جا سکتا، لیکن سب سے پہلی چیز یہ ہے کہ آپ قوتِ ارادی کو بڑھانے کے لیے مکمل طور پر کوشش کیجیے۔ میرا مطلب یہ ہے کہ پہلے آپ کسی ایک کام کی تکمیل کا ارادہ کریں اور اس ارادہ پر مضبوطی سے قائم رہنے کی کوشش کریں ارادہ کرنے سے پہلے اس کام کے اچھے برے پہلو اور فوائد و نقصانات اچھی طرح سمجھ لیں۔ ضرورت ہو تو لوگوں سے مشورہ کرلیں، پھر اس کام کا ارادہ کریں۔ لیکن کام شروع کرنے کے بعد اس کے نتائج کے متعلق سوچنا بند کر دیں۔ سوچ بچار کا سلسلہ آغازِ کار کے بعد بھی آپ نے جاری رکھا تو پھر آپ کا ارادہ متزلزل ہو جائے گا۔ اس طرح ایک ایک کام پر ارادہ کی قوت کو مضبوط رکھیے، ہر کام کو خوب سوچ سمجھ کر شروع کیجیے۔ بار بار ارادہ کر کے توڑنے میں جو وقت ضائع ہوتا ہے اور ناکامی کا احساس ذہن کو جو نقصان پہنچاتا ہے، اس سے بہتر ہے کہ آپ فیصلہ کرنے میں وقت لے لیں اور صحیح فیصلہ کر کے ارادہ پر قائم رہیں۔

مسنون دعا کی کرامت، برکت اور حیرت

(صومالیوں کے فاقہ کشی کی تصویروں نے کھانے کے بعد کی دعا کی اہمیت بڑھادی) (مولانا محمد الیاس ندوی)

صومالیہ ایک مسلم ملک ہے لیکن اتنا پسماندہ کہ دنیا کے غریب ترین ۲۳ ممالک میں اس کا شمار سرفہرست ہے۔ ادھر چند سالوں سے وہاں کی آپس میں خانہ جنگی نے ان کی اس پسماندگی وغربت میں جلتی پرتیل کا کام کردیا ہے۔ اخبارات میں ان صومالی مسلمانوں کی ایسی دردناک اور بھیانک تصویریں دیکھنے کو ملتی ہیں کہ ہمیں اپنی آنکھوں پر یقین نہیں ہوتا۔ بھوک سے نڈھال اور کئی کئی دنوں سے فاقوں میں مبتلا ہمارے ان مسلم بھائیوں کی تصویروں کو دیکھ کر آنکھوں میں آنسو آجاتے ہیں اور سخت دل آدمی کا بھی دل پسیج جاتا ہے۔ غذا کی قلت نے ان میں سے بعضوں کو مردہ جانوروں کو کھانے پر مجبور کیا ہے اور فقر و فاقہ سے وہ اس قدر نڈھال و لاغر ہو گئے ہیں کہ ان کے جسم کی تمام ہڈیاں اس طرح صاف نظر آتی ہیں کہ سامنے والا اس کو گن بھی سکتا ہے۔ یہاں تک کہ بوڑھے اور جوان بھی اپنی نحیفی و کمزوری کی وجہ سے بچے معلوم ہوتے ہیں، آنکھیں خشک اور گال پچکے ہوئے، ہاتھ پیر سوکھی لکڑیوں کے مانند، ان کا قحط سالی و فاقہ میں مبتلا ہونا (**نعوذ باللہ**) اللہ کے خزانوں میں کسی کمی کی وجہ سے نہیں ہے بلکہ یہ دن ان کو اپنے گناہوں کی پاداش میں دیکھنے کو مل رہے ہیں۔ ورنہ اللہ کے لامحدود خزانوں کی وسعت کا یہ عالم ہے کہ صرف ایک سمندری وہیل مچھلی کی روزانہ ایک وقت کی غذا ستر اسی کلو ہے اور سال بھر اکیلی ایک مچھلی کے لیے پچاس ہزار کلو غذا مطلوب ہے، ایسی اربوں مچھلیاں سمندر میں ہیں اور اللہ برابر ان کو غذا پہنچا رہا ہے۔

کیا ہمارے ان صومالی بھائیوں کی یہ دردناک و المناک تصویریں اخبارات میں دیکھ کر ہمیں کبھی یہ خیال بھی آیا ہے کہ اگر اللہ چاہتا تو ان کی جگہ ہم بھی ہو سکتے تھے۔ ہم پر بھی اپنی بداعمالیوں کی وجہ سے فاقہ کی یہ حالت آسکتی تھی۔ قحط کے اس اذیت ناک دور سے ہمیں بھی گذرنا پڑ سکتا تھا۔ ان کی طرح ایک ایک لقمہ کے لیے تڑپ تڑپ کر ہم بھی نڈھال ہو سکتے تھے۔ لیکن رحیم و کریم رب کے ہم پر بے پناہ احسانات کا یہ عالم ہے کہ عدم استحقاق کے باوجود وہ روزانہ پابندی سے تینوں وقت ہمیں کھلا رہا ہے۔ لیکن اس پر ہم ایک جملہ بھی شکریہ کا ادا کرنے سے قاصر ہیں۔ جب کہ اللہ کے رسول ﷺ نے ہمیں اس کی تعلیم بھی دی ہے اور ترغیب بھی اور فرمایا ہے کہ تم کھانے کے بعد اللہ کے اس احسان کو یاد کرتے ہوئے یوں کہا کرو۔

"اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ اَطْعَمَنَا وَ سَقَانَا وَجَعَلَنَا مُسْلِمِیْنَ"

''اے اللہ تیرا ہی شکر ہے کہ تو نے ہمیں کھلایا بھی اور پلایا بھی اور مسلمان بھی بنایا۔''

اس ایک دعائیہ جملہ کے ہر بار کھانے کے بعد پڑھنے سے ہماری زبانوں میں کون سا درد ہو جائے گا، کون سا ہمارا وقت ضائع ہوگا، اس پر اللہ کا شکر ادا کرتے ہوئے خود اپنے او پر ہم احسان کریں گے اور ہمیں یقین ہے کہ اس احسان شناسی و شکر کی برکت سے آئندہ بھی برابر اپنی ان نعمتوں میں وہ اضافہ کرے گا اور ان انعامات کا سلسلہ بھی جاری رکھے گا۔

قارئین کی قیمتی رائے

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوقِ خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ کا جواب 'ہاں' ہی ہوگا، تو پھر ماہنامہ عبقری کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوقِ خدا کے لئے نفع رساں ہے، آیئے آپ بھی اپنا حصہ ملایئے، آپ اپنی قیمتی آراء جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہو سکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری رسالہ بنا کر مخلوقِ خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔

اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں

ubqari@hotmail.com

انسان

کسی کے چہرے پر مت جاؤ، کیونکہ ہر انسان بند کتاب کی مانند ہوتا ہے۔ جس کا سرورق کچھ اور ہوتا ہے اور اندر کچھ اور تحریر ہوتا ہے۔ (مرسلہ: رمضان۔۔۔اسلام آباد)

بواسیر اور بادی گیس سے چھٹکارا

(تحریر: غلام مصطفیٰ۔۔۔محلہ پیپل والا مظفر گڑھ)

محترم حکیم طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی صاحب السلام علیکم! اللہ پاک عالم اسلام پر خاص فضل فرمائے جناب سے تعارف کا ذریعہ ماہنامہ عبقری کی وجہ سے ہے۔ ماہنامہ عبقری کے قارئین کے لیے ایک تحفہ قبول فرمائیں۔

روحانی نسخہ: (1) بواسیر کے لیے صبح کی سنت پہلی رکعات سورہ (الم نشرح) دوسری رکعت میں (سورۃ الفیل) پڑھیں انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

(2) دانتوں کی تکلیف کوئی ہو اس کے لیے سورۃ نصر سے سورۃ اخلاص تک وتروں میں ترتیب سے پڑھنے سے انشاء اللہ تکلیف ختم ہو جائے گی۔

(3) دمہ، گیس، مثانہ، گردہ، کی تکلیف سے چھٹکارا فالج، وا، مردانہ کمزوری کے لیے انمول تحفہ ہے۔ نسخہ یہ ہے۔ کلونجی، سونف، ہڑڑ کا سفوف تیار کر کے آدھا چمچ پانی کے ساتھ (صبح وشام) کھائیں اور پانی زیادہ پئیں۔ اللہ پاک کے فضل سے بیسوں مریض صحت یاب ہو گئے ہیں۔ اس کے علاوہ اس نسخے سے بال بھی اگنے لگتے ہیں۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا

سیدنا ابوذرؓ رسول اللہ ﷺ سے روایت کرتے ہیں کہ آپ ﷺ نے فرمایا ''اللہ تعالیٰ قیامت کے دن تین آدمیوں سے نہ بات کرے گا۔ نہ ان کی طرف (رحمت کی نگاہ سے) دیکھے گا اور ان کو دکھ کا عذاب ہوگا۔ آپ ﷺ نے تین بار یہی فرمایا تو سیدنا ابوذرؓ نے کہا۔'' برباد ہو گئے وہ لوگ اور نقصان میں پڑے'' یارسول اللہ ﷺ! وہ کون لوگ ہیں؟'' آپ ﷺ نے فرمایا۔ ''ایک تو اپنی ازار (تہبند، پاجامہ، پتلون، شلوار وغیرہ) کو (ٹخنوں سے نیچے) لٹکانے والا اور دوسرا، احسان کر کے احسان کو جتلانے والا اور تیسرا جھوٹی قسم کھا کر اپنے مال کو بیچنے والا'' (مسلم)

(مرسلہ: عمران علی۔۔۔لاہور)

تنبیھہ: ماہنامہ ''عبقری'' فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے فرقہ ورانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جوابدہ نہیں۔

دانتوں سے خون آنا | گلے کے امراض | گرتے بال | ٹانگوں کی تکلیف | پیٹ میں کیڑے

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

دانتوں سے خون آنا

میں ایک صحت مند 23 سالہ جوان ہوں۔ میرے اور میری ہمشیرہ کے دانتوں سے خون آتا ہے۔ دانتوں میں کوئی تکلیف نہیں ہے۔ نہ ہی ٹھنڈا گرم لگتا ہے۔ بس صرف خون آتا ہے۔ حتیٰ کہ دانتوں کی جڑوں میں زبان لگ جائے تب بھی خون جاری ہو جاتا ہے۔ اس وقت مارکیٹ میں جس قدر ملکی غیر ملکی ٹوتھ پیسٹ دستیاب ہیں، تمام استعمال کر کے دیکھ لئے ہیں کوئی فرق ہی نہیں پڑتا۔ (محمد ربیع العالم۔۔لاہور)

جواب:۔ دانتوں میں ہر غذا کے بعد فلاس کریں اس غرض کے لیے ریشم سے تیار کئے ہوئے موی فلاس بازار میں ملکی و غیر ملکی دستیاب ہیں۔ کوئی بھی پیسٹ جس میں فلورائڈ ہو (کیونکہ اصل چیز صرف فلورائڈ ہے) بالکل نرم معیاری برش سے کریں۔ پندرہ بیس دن کے بعد برش بدل دیا کریں۔ ہر نماز کے لئے مسواک ضروری ہے۔ مگر روزانہ مسواک کا نیا برش بنائیں۔ سوتے وقت باریک پسا ہوا لاہوری نمک انگلی سے ہلکے ہلکے دانتوں میں ملیں اور پانچ سات منٹ کے بعد کلیاں کر دیں۔ کسی پڑھے لکھے سمجھ دار طبیب کو نبض دکھائیں اور غذا کے بارے میں بھی مشورہ کریں اور یہ سب سے زیادہ ضروری ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 4 کو استعمال کریں۔

معدے میں گیس، تبخیر اور بادی

حکیم صاحب! عرصہ دراز سے گیس، تبخیر اور بادی ہے۔ کوئی بھی چیز کھالوں سینے میں جلن ہوتی ہے حتیٰ کہ اب تو کھانے کے نام سے خوف آتا ہے کیونکہ کھانا کھاتے ہی معدے اور سینے پر بوجھ شروع ہو جاتا ہے۔ کھٹے کھٹے ڈکار اور بدہضمی شروع ہو جاتی ہے۔ بعض اوقات قبض اور بعض اوقات دست شروع ہو جاتے ہیں۔ اس بدہضمی کی وجہ سے رات کی نیند مکمل اور پرسکون نہیں ہوتی۔ کبھی کبھی ہاتھ پاؤں میں پسینے اور جلن شروع ہو جاتی ہے۔ دل پر بوجھ محسوس ہوتا ہے۔ پہلے پہل محسوس کیا کہ شاید دل کا مرض شروع ہو گیا ہے۔ لیکن چیک اپ کرایا ایسا نہیں تھا۔ اب کافی عرصے سے معدے کے علاج میں متوجہ ہوں لیکن فائدہ نہیں ہوا۔ (عظمت، ڈیرہ مراد۔ وحیدہ بیگم، پتوکی)

جواب:۔ جب بھی معدے کا معض ہو تو اس کا بہترین علاج فاقہ ہے۔ بے شمار تجربات کے بعد یہ بات آخری ہے کہ معدہ امراض کا مجموعہ اس وقت بنتا ہے جب اسے بھر کر، پھر بھر یں اور ایسی غذائیں استعمال کریں جو ہم برداشت نہ کر سکتے ہوں۔ محنت، مشقت اور پیدل چلنا بالکل ختم ہو چکا ہے۔ جسم بالکل سست اور کمزور ہو گئے ہیں ورنہ جسم کی اصل طاقت پیدل چلنے میں ہے۔ اس لئے آپ ایک تو مذکورہ تراکیب پر عمل کریں۔ پودینہ اور لیموں کی چٹنی بنا کر مستقل اپنے ہر کھانے کے ساتھ استعمال کیا کریں۔ یہ چٹنی آپ کو کئی امراض سے نجات دے گی اور بے شمار بیماریوں سے بچائے گی۔ اجوائن دیسی۔ نوشادر۔ کالا نمک ہم وزن کوٹ پیس کر سفوف تیار کریں۔ چوتھائی چمچ دن میں 3 بار یا 2 بار پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ معدے کے امراض کیلئے لاجواب تریاق ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 6 اور 8 ضرور استعمال کریں۔

گلے کے امراض

حکیم صاحب! عرصہ سالہا سال سے میرے گلے میں کیرا رہتا ہے۔ بار بار تھوکنا اور کھانسنا پڑتا ہے۔ سردیوں میں ٹھنڈی چیز کھانے سے مرض بڑھ جاتا ہے۔ اس کی ابتداء کچھ اس طرح ہوئی کہ مجھے ایام کے دوران ایک شادی میں جانا ہوا۔ وہاں ہر قسم کی خوراک اور غذا کو بغیر احتیاط سے استعمال کیا۔ بالکل توجہ نہیں کی۔ کئی دن تک یہ بے احتیاطی چلتی رہی۔ پھر بھی میں نے پرواہ نہ کی۔ آخر کار میرے مخصوص ایام ڈسٹرب ہونا شروع ہوئے اور پھر یہ نزلہ شروع ہوا جو کہ کیرا بن گیا۔ اب میں کسی محفل یا کسی کے گھر نہیں جا سکتی کیونکہ بار بار تھوکنا معیوب اور برا لگتا ہے۔ اس کے لئے الرجی ٹیسٹ بھی کرائے ہیں۔ لیکن افاقہ نہیں ہوا۔ وقتی طور پر الرجی کی ادویات کھانے سے فائدہ ہو جاتا ہے۔ لیکن پھر ویسے ہی طبیعت ہو جاتی ہے۔ میری ایک ملنے والی نے آپ سے علاج کرایا۔ انہیں بہت فائدہ ہوا لہٰذا میرے لئے کوئی دوا تجویز کریں۔ (عالیہ جبین، خانیوال)

جواب:۔ سب سے پہلے تو آپ غذائی بے احتیاطی چھوڑ دیں اور خاص طور پر کھٹی، ٹھنڈی اور بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ مندرجہ ذیل نسخہ مکمل توجہ اور دھیان سے کچھ عرصہ استعمال کریں اور چارٹ سے غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ھوالشافی:۔ کلونجی باریک کر کے رکھیں۔ اطریفل اسطخدوس ایک چمچ چھوٹا چائے والا گرم پانی کے کپ میں گھول کر اس میں ایک چوتھائی چمچ کلونجی ڈال کر حل کر کے پی لیں۔ اور اوپر سے کوئی ٹھنڈا پانی یا ٹھنڈی غذا ہرگز ہرگز استعمال نہ کریں۔ اس طرح صبح و شام کھانے سے قبل استعمال کریں۔ انشاءاللہ مکمل فائدہ ہوگا۔

گرتے بال

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال بہت زیادہ جھڑ رہے ہیں حالانکہ پہلے میرے بال گھنے تھے اور اب یہ حال ہے کہ سر دھوتے وقت بھی بہت زیادہ گرتے ہیں اور باقی کسر بالوں میں کنگھی کرتے وقت پوری ہو جاتی ہے۔ حکیم صاحب! آپ سے گزارش ہے کہ مجھے اچھا سا نسخہ بھی بتائیں تاکہ اس سے بال گرنا بند ہو جائیں اور اس کے ساتھ ہی کسی شیمپو کے بارے میں بھی بتائیں جو جڑی بوٹیوں سے بنا ہوا ہو۔ (ریحانہ کوثر۔۔کراچی)

جواب:۔ محترم بہن! ان تمام قسم کے شیمپو کی وجہ سے خواتین کے بال برباد ہوگئے ہیں۔لیکن نئے نئے اشتہارات کی وجہ سے خواتین شیمپو لینے پر مجبور ہو جاتی ہیں حالانکہ یہ سراسر نقصان اور دھوکا ہے۔آپ ایسا کریں ریٹھا آملہ اور بالچھڑ اور مہندی کے پتے ہر ایک 50 گرام لے کر 5 کلو پانی میں ہلکا کوٹ کر بھگو دیں اور اس پانی کو 1/2 گھنٹہ ابالیں اور پھر رکھیں روزانہ اسی پانی سے سر دھوئیں۔شیمپو صابن قطعی استعمال نہ کریں۔مستقل استعمال کریں۔بالوں کے تمام امراض کے لئے لاجواب نسخہ ہے اور اگر روزانہ دن میں 3 بار ناف میں کوئی سا تیل لگائیں تو نفع دوگنا ہوجائے گا۔غذا نمبر 5 استعمال کریں۔

ٹانگوں کی تکلیف

میرا بھائی جس کی عمر 21 سال ہے۔ایک سال پہلے اچانک ٹانگوں کی تکلیف میں مبتلا ہوگیا ہے۔پہلے ٹیسٹ ٹھیک نکلے۔ڈاکٹر نے کہا پانی ہے،کسی نے کہا جا[illegible] ہے۔ فالج کو قابو کرایا۔ہم نے کافی وظیفے کئے ،کچھ بہتر ہوگیا۔گھٹنوں سے پانی بھی نکالا۔اب پھر تکلیف میں ہے گھٹنوں کی وجہ سے ٹانگوں کی جلد بھی خراب ہے جس سے پانی رستا ہے اور جم جاتا ہے۔اب کوئی کہتا ہے کہ بچے پر جادو نہیں ہے لیکن گھر پر ابھی بھی ہے۔گھر میں بہت پریشانی ہے امی ابو نماز روزہ بھی کرتے ہیں۔براہ کرم کوئی بہترین طبی و روحانی مشورہ دیں کہ میرا بھائی مکمل صحت یاب ہوجائے۔(س۔ر)

جواب:۔ آپ اپنے بھائی کا روحانی اور طبی علاج دونوں کریں۔معجون عشبہ،اطریفل منڈی،اطریفل اسطخدوس،اور مرہم خارش۔یہ ادویات لے کر اوپر لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق 2 ماہ کم از کم مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔اس کا مسئلہ دراصل خون کے فساد اور خرابی کا ہے اور غذائی بے اعتدالی بھی اس میں بڑا اثر رکھتی ہے۔لہٰذا غذا کا خیال رکھیں۔مصالحہ دار اور تلی ہوئی گرم چیزوں سے مکمل پرہیز کریں اور چارٹ سے غذا نمبر 5,6 ضرور استعمال کریں۔

پیٹ میں کیڑے

میرے بیٹے کی عمر 11 سال ہے اس کے پیٹ میں کیڑے ہیں خون کی کمی کا شکار ہے،کمزور ہے،خوش خوراک نہیں ہے،گلا بھی خراب رہتا ہے۔گلے میں خارش رہتی ہے۔آپ نسخہ تجویز کردیں۔(ام عمیر۔۔۔نوشہرہ)

جواب:۔ بہن سب سے پہلے تو بچے کو ایسا پانی پلائیں جس میں لوہا بجھا ہو۔یعنی کوئی لوہے کا ٹکڑا لے کر خوب آگ میں سرخ کرلیں پھر اسے پانی میں بجھا دیں اور پھر وہی پانی بوتلوں میں بھر کر محفوظ رکھیں۔بچے کو یہی پانی پلائیں دوسرا آپ انجیر 3 عدد روزانہ بچے کو صبح نہار کھلائیں۔انجیر ایک تو نبوی ﷺ علاج ہے اور دوسرا پیٹ کے امراض اور کیڑوں کیلئے نہایت اکسیر ہے۔مزید روغن زیتون 1/2 چمچ صبح وشام استعمال کریں یعنی کھانے کے بعد پلائیں ۔2 ماہ یہ ترکیب کریں نہایت فائدہ ہوگا۔چارٹ سے غذا نمبر 3 ضرور استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر،لوبیا،ارہر،موٹھ،ہرا چھولیا،کچنار،سبز مرچ،کوئی ترشی باجرے کی روٹی،بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ،اچار لیموں،مربہ،آملہ،مربہ ہریڑ،مربہ بہی،مونگ پھلی،شربت انجبار،سکنجبین،جامن،فالسہ،انار ترش،آلوچہ،آڑو،آلو بخارا،چکوترا،ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی،بڑا گوشت،مچھلی بیسن والی،چنے،کریلے،ٹماٹر،حلیم،بڑا قیمہ اور اس کے کباب،پیاز،کڑھی،بیسن کی روٹی،دارچینی،لونگ کا قہوہ،سرخ مرچ،چھوہارے،پستہ،بھنے ہوئے چنے،جاپانی پھل،ناریل خشک،مویز (منقیٰ)،بیسن کا حلوہ،عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت،پرندوں کا گوشت،میتھی،پالک،ساگ،بینگن،پکوڑے،انڈے کا آملیٹ،دال مسور،ٹماٹو کیچپ،مچھلی شوربہ والی،روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا لہسن،اچار ڈیلے،چائے،پشاوری قہوہ،قہوہ اجوائن،قہوہ تیزپات،کلونجی،کھجور،خوبانی خشک۔	دال مونگ،شلجم پیلے،مونگرے،چھوٹا مغز اور پائے،نمکین دلیہ،آم کا اچار،جو کے ستو،کالی مرچ،مربہ آم،مربہ ادرک،حریرہ بادام،حلوہ بادام،قہوہ،ادرک شہد والا،قہوہ سونف،پودینہ،قہوہ زیرہ سفید،زیرے کی چائے،اونٹنی کا دودھ،دیسی گھی،پپیتہ،کھجور تازہ،خربوزہ،شہتوت،کشمش،انگور،آم شیریں،گلقند دودھ،عرق سونف،عرق زیرہ،مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو،ٹینڈے،حلوہ کدو،گاجر،گھیا توری،شلجم سفید،دودھ میٹھا،امرود،گرما،سردا،خربوزہ پھیکا،مربہ گاجر،حلوہ گاجر،انار شیریں،انار کا جوس،خمیرہ گاؤزبان،عرق گاؤزبان،انجیر،قہوہ گل سرخ،بالائی،حلوہ سوجی،دودھ سویاں،میٹھا دلیہ،بند،رس،ڈبل روٹی،دودھ جلیبی بسکٹ،کسٹرڈ،جیلی،برفی،کھویا،گنڈیریاں،گنے کا رس،تربوز،شربت بزوری،شربت بنفشہ	کدو،کھیرا،شلجم سفید،ککڑی،سیاہ ماش کی دال،پیٹھا،کھچڑی،ساگودانہ،فرنی،گاجر کی کھیر،کجریلہ،چاول کی کھیر،پیٹھے کی مٹھائی،لوکاٹھ،کچی لسی،سیون اپ،دودھ،مکھن،میٹھی لسی،الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ،مالٹا،مسمی،میٹھا،ایچی،کیلا،کیلے کا ملک شیک،آئس کریم،فالودہ،فروٹر،شربت صندل،عرق کاسنی،شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی،بھنڈی،آلو،ثابت ماش،کیلے کا سالن،انڈے کی سفیدی،پھلی دار سبزیاں،سلاد کے پتے،لسوڑھے کا اچار،بگوگوشہ،ناشپاتی،تازہ سنگھاڑے،شکر قندی،ناریل تازہ،قہوہ بڑی الائچی،شربت گوند،گوند کتیرا اور بالنگو،سیب	آلو گوبھی،خرفہ کا ساگ،کدو کا رائتہ،بند گوبھی اور اس کی سلاد،دہی بھلے،آلو چھولے،مکئی کی روٹی،مٹر پلاؤ،چنے پلاؤ،مربہ سیب،مربہ بہی،خمیرہ مروارید،سبز بیر،بھنے ہوئے آلو،سنگترہ،انناس،رس بھری

بچوں کا صفحہ

خرگوش کی تدبیر

ہوش اور تدبیر کے ساتھ آپ اپنے سے کئی گنا طاقت ور کو بھی شکست دے سکتے ہیں اس لیے کہتے ہیں ہوش سے کام کرنا چاہیے

محمد عثمان تبسم۔۔۔لاہور

شیر کا معمول تھا کہ وہ ہر شام کے وقت جنگل کے جانوروں پر حملہ کرتا اور بھوک مٹانے کے لیے ان میں سے کسی ایک کا شکار کر لیتا۔ شیر کی عادت کی وجہ سے جنگل کے تمام جانور خوف اور دہشت میں مبتلا رہتے۔ دہشت کی اس فضا سے نجات پانے کے لیے جانوروں نے ایک حل نکالا۔ شیر سے بات کر کے انہوں نے اس کو راضی کر لیا کہ وہ حملے کی تکلیف نہ اٹھائے اور وہ خود اپنی طرف سے ہر روز ایک جانور پیش کیا کریں گے۔ اس کی صورت یہ نکلی کہ ہر روز پرچی کے ذریعے یہ طے کیا جاتا کہ آج کون سا جانور بادشاہ سلامت یعنی شیر کی خوراک بنے گا۔ جس بدقسمت جانور کے نام پر پرچی نکلتی، اس کو شیر بہادر کے پاس بھیج دیا جاتا۔ اس طرح امن تو ہو گیا مگر جانوروں میں فکرمندی مسلسل موجود تھی۔

پیارے بچو! فکرمندی کی تو بات تھی ہی کیونکہ ہر جانور کو یہی غم کھائے جا رہا تھا کہ کل کس کے نام پرچی نکلتی ہے۔ سلسلہ یونہی چلتا رہا۔ ایک دن پرچی خرگوش کے نام نکل آئی۔ خرگوش نے جب اپنا نام پڑھا تو اس کا اوپر کا سانس اوپر اور نیچے کا سانس نیچے رہ گیا۔ ایک مرتبہ تو خرگوش کے تمام طبق روشن ہو گئے۔ مگر خرگوش نے پہلے سے سوچا ہوا تھا کہ میرے نام جب بھی پرچی نکلی، میں اپنے آپ کو شیر کی خوراک بننے نہیں دوں گا بلکہ تدبیر کے ذریعے خود شیر کو ہلاک کر دوں گا۔

شیر کو جانور بھجوانے کا جو وقت مقرر تھا۔ خرگوش اس وقت سے ایک گھنٹہ تاخیر سے پہنچا۔ شیر کی بھوک انتہا پر تھی اور ایک گھنٹے کے انتظار سے اس کا مزاج بے حد بگڑ گیا تھا۔ اوپر سے جب اس نے دیکھا کہ اس کی بھوک مٹانے کے لیے ایک چھوٹا سا خرگوش بھیجا گیا ہے تو وہ اور بھی برہم ہوا۔ شیر کو مخاطب کر کے کمزور مگر ہوشیار خرگوش بولا: ''جناب چھوٹے جانور سے آپ کی بھوک نہیں مٹے گی لیکن اصل واقعہ یہ ہے کہ جانوروں نے آج آپ کی خوراک کے لیے دو خرگوش بھیجے تھے۔ مسئلہ یہ ہے کہ آپ کی سلطنت میں ایک اور شیر بھی آ گیا ہے۔ اور جب ہم آپ کی طرف آ رہے تھے، تو میرے ساتھی خرگوش کو وہ کھا گیا۔ میں بڑی مشکل سے جان بچا کر آپ کے پاس پہنچا ہوں۔ جناب والا! آپ پہلے اس سے دو دو ہاتھ کر لیں، وگرنہ مستقبل میں آپ کے لیے ذلت کا باعث بنے گا۔''

خرگوش کی زبانی یہ کہانی سن کر شیر کا غصہ دوسرے شیر کی طرف مڑ گیا۔ اس نے کہا یہ دوسرا شیر کون ہے؟ جس نے میرے جنگل میں آنے کی جرأت کی ہے۔ مجھے فوراً اس بدتمیز کے پاس لے چلو تاکہ میں اس کا قصہ تمام کروں۔

اب شیر دوسرے شیر کی تلاش میں خرگوش کے ساتھ روانہ ہوا۔ خرگوش نے کافی وقت تک ادھر ادھر گھمایا اور آخر میں اسکو کنوئیں کے کنارے لا کر کھڑا کر دیا اور کہا: حضور جان کی امان پاؤں...... وہ شیر اس کنوئیں کے اندر موجود ہے۔ آپ خود اس کم بخت کو دیکھ لیں۔ شیر چونکہ بھوک اور غصے کی وجہ سے پاگل ہو چکا تھا۔ چنانچہ کنوئیں کے اوپر سے جھانک کر جب اس نے نیچے پانی میں اپنا عکس دیکھا تو وہ سمجھا کہ خرگوش کا کہنا درست ہے۔ شیر کو اپنی سلطنت میں اس طرح دوسرے شیر کا گھس آنا برداشت نہیں ہوا۔

وہ چھلانگ لگا کر عکس کے اوپر کود پڑا اور کنوئیں میں گر کر مر گیا۔ اس طرح خرگوش کی تدبیر شیر کا پھندا بن گئی اور ایک چھوٹے سے خرگوش نے عقل کی طاقت سے شیر کو ختم کر دیا۔ دیکھا ساتھیو! ہوش اور تدبیر کے ساتھ آپ اپنے سے کئی گنا طاقت ور کو بھی شکست دے سکتے ہیں۔ اس لیے کہتے ہیں ہوش سے کام کرنا چاہیے۔

زرافے نے شیر کی دوستی کا حق ادا کر دیا تھا مگر ....

شیر اور زرافے کی دوستی سے جنگل کے تمام جانور حیران تھے کیونکہ شیر جانوروں کا شکار کرتا تھا۔ زرافے کے دوست ہرن اور زیبرا اکثر زرافے کو کہتے کہ شیر پر اعتبار نہ کرو۔ ایسا نہ ہو کہ کسی دن شیر کو شکار نہ ملے اور وہ تمہیں شکار بنا لے۔ لیکن زرافہ ہرن اور زیبرے کی بات کو ہنسی میں ٹال دیتا۔ زرافہ اکثر شیر کو کہتا کہ وہ کمزور جانوروں کا شکار نہ کیا کرے۔ شیر جواب میں کہتا کہ اگر میں شکار نہ کروں تو کھاؤں گا کیا؟ میں تمہاری طرح گھاس نہیں کھا سکتا۔ جس طرح تم میری طرح گوشت نہیں کھا سکتے۔ زرافہ شیر کی بات سن کر چپ ہو جاتا۔

ایک دن جنگل میں شکاری آ گئے۔ زرافہ اپنی لمبی گردن سے درختوں کے پتے کھانے میں مصروف تھا، اس کی نظر ان شکاریوں پر پڑی تو فوراً شیر کے پاس گیا اور شیر کو ساری صورتحال بتائی کہ جنگل میں شکاری آ گئے ہیں اور وہ ایک بڑے درخت پر مچان بنا رہے ہیں۔ ضرور وہ جانوروں کا شکار کریں گے۔ شیر ہنسنے لگا۔ بولا: زرافے بھائی تم بھی بہت بھولے ہو، میں جنگل کا بادشاہ ہوں، بھلا مجھے کون پکڑے گا۔ انسان تو مجھ سے ڈرتے ہیں، ان کی کیا مجال کہ مجھے ہاتھ لگائیں۔ زرافے نے شیر کو سمجھاتے ہوئے کہا کہ شکاریوں کے پاس بندوقیں اور جال بھی ہے۔ اس لئے وہ ہوشیار رہے۔ شیر ہنسنے لگا، کہنے لگا زرافے میاں تم تو بہت بزدل ہو۔ شکاری بکریوں اور ہرن کو پکڑنے آئے ہوں گے۔ مجھے پکڑنے کی جرأت نہیں کر سکتے۔ میں جنگل کا بادشاہ ہوں۔

زرافہ شیر کی باتیں سن کر چپ ہو گیا۔ شیر اس زور سے دھاڑا کہ درختوں پر بیٹھے پرندے بھی خوف کے مارے اڑ گئے۔ شیر نے زرافے سے کہا آؤ مجھے دکھاؤ کہ وہ شکاری کہاں ہیں۔ میں آج ان کا شکار کرتا ہوں۔ زرافہ پہلے تو بہت ڈرا لیکن جب شیر نے زیادہ زور دیا تو وہ شیر کو لیکر اس طرف چل دیا جہاں شکاریوں نے مچان بنا رکھی تھی۔ زرافے نے دور سے ہی دیکھ لیا، شکاری اپنی تیاریاں مکمل کر چکے تھے۔ زرافہ رک گیا۔ شیر نے پوچھا کیا ہوا؟ زرافہ بولا: شیر بھائی! شکاری تیاری میں ہیں۔ کہیں ہمیں پکڑ نہ لیں۔

شیر نے کہا یہیں ٹھہرو، تم بہت بزدل ہو۔ میں دیکھتا ہوں۔ شیر یہ کہہ کر آگے بڑھا۔ مجبوراً زرافہ بھی اس کے پیچھے پیچھے چلنے لگا۔ شکاریوں کے قریب جا کر شیر ایک مرتبہ پھر دھاڑا۔ اس نے زرافے سے کہا کہ تم کہتے تھے کہ شکاری مجھے پکڑنے آ گئے ہیں۔ دیکھو! انہوں نے ایک بکری پکڑ رکھی ہے اور اسے درخت سے باندھ رکھا ہے۔ زرافے نے دیکھا تو واقعی ایک بکری درخت سے بندھی ہوئی تھی۔ زرافے نے جب درخت کے اوپر دیکھا تو وہاں اسے جال نظر آیا۔ وہ چیخا۔ شیر بھائی! شکاریوں نے بکری تمہیں شکار کرنے کے لیے باندھی ہے۔ بکری کے قریب نہ جانا۔ شیر نے زرافے کی بات سنی ان سنی کرتے ہوئے کہا زرافے! کہنے کو تم میرے دوست ہو لیکن بہت ڈرپوک ہو، مجھے لگتا ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 10 پر پڑھیں)

جب غصہ تجھ پر غلبہ پائے تو خاموشی اختیار کر (خلیفہ مامون الرشید)

آپ کی صحت اور ماہِ جنوری

تحریر: حکیم نوازش علی راز

ماہ جنوری موسم کے لحاظ سے ملک کا انتہائی سرد مہینہ ہے۔ پہاڑی علاقوں میں برف باری ہوتی ہے۔ کبھی کبھار بارش بھی ہو جاتی ہے۔ اور بعض اوقات اولے بھی پڑتے ہیں۔ سخت سرد ہوائیں چلتی ہیں۔ اجسام میں بلغمی خلط کا غلبہ ہو جاتا ہے۔ ذرا سی بے احتیاطی سے لوگ نزلہ، زکام، کھانسی اور نمونیہ کی امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ خاص طور پر علی الصبح اور شام کے اوقات میں اگر لباس کی مناسب احتیاط نہ کی جائے تو سردی صحت کے لیے انتہائی مضر ثابت ہو سکتی ہے۔

چھوٹے اور ننھے منے بچوں کا بالخصوص زیادہ خیال رکھنا چاہیے اور انہیں حتی الوسع ان اوقات میں کمرے سے باہر نہ نکالیں۔ اور اگر کوئی خاص ضرورت پڑ جائے تو گرم اور اونی کپڑوں میں اچھی طرح لپیٹ کر نکالیں۔ ناشتہ میں خالص دودھ پینا اچھا نہیں ہے بہتر ہے اس میں تھوڑا سا چائے کا قہوہ شامل کر لیں تاکہ دودھ کی بادی تاثیر تبدیل ہو جائے۔ نیم ابلا انڈا، ڈبل روٹی، مکھن، جیم، گوشت یا دلیہ کھا سکتے ہیں۔ دن بھر میں تین چار پیالیوں سے زیادہ چائے نہیں پینی چاہیے۔ اور کافی تو صرف ایک یا دو مرتبہ سے زیادہ ہرگز استعمال نہ کریں۔ ورنہ سخت قسم کی بے خوابی کی شکایت پیدا ہو جائے گی۔ دوپہر کے کھانے میں بھنا ہوا گوشت، دال گوشت یا سبزی گوشت یا سادہ دال یا سبزی جس میں کافی مقدار میں مصالحہ ڈالا گیا ہو چپاتی کے ہمراہ کھائیں۔ کھانا ہمیشہ نیم گرم کھائیں۔ باسی غذا یا ٹھنڈی غذا استعمال نہ کریں۔ بعض لوگ کھانے کے بعد چائے کا ایک کپ پینا پسند کرتے ہیں۔ اس کی عادت نہیں ڈالنی چاہیے بلکہ بہتر ہے کہ تھوڑی سی پودینہ کی چٹنی کھانے کے ہمراہ استعمال کریں۔ سہ پہر کی چائے کے ہمراہ دو تین بسکٹ یا کیک کا ایک آدھ ٹکڑا کافی ہے۔ کوئی چیز زیادہ مقدار میں نہ کھائیں ورنہ معدہ پر زیادہ بوجھ پڑ کر فعلِ ہضم میں فتور پیدا ہو جائے گا۔ کیونکہ اس ماہ میں بالعموم سردی کے باعث معدہ کا فعل سست ہو جاتا ہے۔ رات کو اگر بھوک محسوس ہو، طبیعت چاہے تو انتہائی زود ہضم اور سادہ خوراک کھائیں۔ ثقیل اور مرغن غذائیں مثلاً پلاؤ، کچوری اور سموسہ وغیرہ نقصان دہ ہے۔ گوشت کا سوپ، شوربا، سادہ چپاتی یا ڈبل روٹی کے چند ٹکڑے بھی اس ضرورت کو پورا کر سکتے ہیں۔ کھانا کھانے کے فوراً ہی بعد نہ سو جائیں بلکہ کچھ چہل قدمی کیجئے۔ خواہ تھوڑی دور تک یا کسی بڑے ہال یا کمرے کے آہستہ آہستہ کئی چکر ہی ہوں۔ دوسرے لوگوں سے ادھر ادھر کی خوش طبعی کی باتیں کیجئے اور جب جسم تھکاوٹ محسوس کرنے لگے اور آنکھیں بوجھل ہونا شروع ہو جائیں تو بستر پر جا کر میٹھی نیند کے مزے لوٹیے۔ مگر علی الصبح جلد اٹھنا نہ بھولیے۔ بچے کو آٹھ یا نو گھنٹے، بڑے کو چھ سے آٹھ اور بوڑھے کو چھ گھنٹے کی نیند کافی ہے۔ کمرے کی کھڑکیاں کھلی نہ رکھ سکیں تو کم از کم روشن دان ضرور کھلے رکھیں۔ سوائے اس حالت کے جبکہ طوفانی جھکڑ چلتا ہو۔ بستر نرم اور گرم ہونا چاہیے ڈھیلی چارپائی یا پلنگ پر نہ سوئیں۔

ذیل میں پروردگارِ عالم کے کچھ خصوصی تحائف کا ذکر درج ہے جو اس موسم میں بکثرت ملتے ہیں۔ تاکہ آپ ان کی افادیت سے واقف ہو کر انہیں استعمال کر کے بہتر فوائد حاصل کر سکیں۔

سنگترہ:۔ مفرح قلب ہے، دل کی دھڑکن کو معمول پر لاتا ہے، خون اور صفرا کی تیزی کو ساکن کرتا ہے، شراب کے نشہ کو اتارتا ہے نیز صالح خون پیدا کرتا ہے۔

مالٹا:۔ پیشاب آور ہے، جگر اور گردوں کے سدے کھولتا ہے، بھوک لگاتا ہے، صفرا کو کم کرتا ہے، نیا خون پیدا کرتا ہے اور مفرح قلب ہے۔

انار:۔ صفرا کی گرمی کو کم کرتا ہے، خون کے جوش کو بجھاتا ہے، صفراوی بخاروں کو دور کرتا ہے۔ قابض ہے اس لیے دستوں اور پیچش میں مفید ہے۔ صالح خون پیدا کرتا ہے۔ خفقان کو زائل کرتا ہے۔ عسر النفس اور تقویت ضم معدہ کے لیے مجرب ہے۔ بھوک بڑھاتا ہے۔

سیب:۔ مفرح قلب ہے، بدن کو تیار کرتا ہے۔ دل و جگر کی حرارت کو دور کرتا ہے۔ خفقان کے لیے مفید ہے۔

کیلا:۔ جسم کو فربہ کرتا ہے زیادہ مقدار میں قبض کشا ہے۔

بادام:۔ قبض کشا ہے۔ مقوی بصر ہے۔ زخم امعاء کو اچھا کرتا ہے، سدہ کھولتا ہے، کھانسی، خشونت سینہ، حنجرہ کو دور کرتا ہے، مقوی دماغ ہے، نیز یہ بدن کو فربہ کرتا ہے۔

چلغوزہ:۔ بدن کو قوی اور تیار کرتا ہے۔ خون کے فساد، ریاح بلغمی اور صفرا کی حدت کو دور کرتا ہے، قوت باہ کے لیے مفید ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر ملاحظہ کریں)

دل کے امراض اور طاقت کے تجربے

(حافظ عبدالستار نقشبندی۔۔۔ محلہ صدیقی چکوال)

السلام علیکم! محترم حکیم صاحب آپ کی کوشش کو اللہ تعالیٰ قبول فرمائے۔ ماہنامہ ''عبقری'' ہمارے دل کی دھڑکن ہے۔ اور قارئین کے مجرب اور آزمودہ نسخہ جات بھیج رہا ہوں قبول فرمائیں

بواسیر خونی اور بادی کے لیے نسخہ:۔ مکھن کی ایک ٹکی لیکر اس کو پانی میں ڈالیں پانی کی مقدار جس میں ٹکی ڈوب جائے۔ اکیس دفعہ پانی ڈال کر گرا دیں۔ پھر چار مشک فور کی گولیاں لیکر پیس لیں اور دھلے ہوئے مکھن میں ملا دیں۔ پھر جس جگہ درد ہو جگہ دھو کر لگا دیں۔

(نوٹ) یہ دوا کسی کھلے منہ والی بوتل میں ڈالنی ہے۔ پہلے سات دفعہ ٹکی کی مقدار جتنا پانی ڈالنا ہے۔ گرا کر پھر سات دفعہ پانی ڈالنا ہے۔ حتیٰ کہ یہ عمل اسی طرح تین دفعہ کرنا ہے۔ اس طریقے سے 21 بار یہ عمل ہو جائے گا۔ اللہ کے فضل و کرم سے بواسیر سے شفا ہوگی۔

دل کی بیماریوں کے لیے نسخہ: خشک آملے، بہیڑے، سبز ہڑ ہڑ ایک ایک چھٹانک برابر وزن لیکر کوٹ لیں۔ پھر کھانا کھانے کے بعد تھوڑی سی مقدار میں لے لیں۔ انشاء اللہ شفا ہوگی۔

مردانہ طاقت کا نسخہ نوجوانوں کے لیے:

(1) ایک پاؤ چار مغز (2) ایک پاؤ بادام کی گری

(3) آدھ پاؤ کھوپہ گری (4) آدھ پاؤ اخروٹ گری

(5) آدھ پاؤ میوہ (6) آدھ پاؤ پستہ

(7) ایک پاؤ بھنے ہوئے چنے بغیر چھلکے کے ان سب اشیاء کو گرائنڈ کر لیں۔ اس کے بعد حسب منشاء شہد خالص ملا کر معجون بنالیں۔ **طریقہ استعمال:** رات کو سوتے وقت ایک چھٹانک ہمراہ دودھ کے ایک چمچ کھا کر سو جائیں۔ دوران استعمال ہم بستری سے پرہیز کریں۔ یہ نسخہ انتہائی مجرب ہے اور آزمائش شدہ ہے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب مدیر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

جس طرح اندھیری رات میں ستارے چمکتے ہیں اس طرح سلیقہ شعار عورت سے گھر کی رونق ہوتی ہے (حضرت وارث شاہؒ)

مہلک کھانسی، پھر خودکشی اور شفایابی

ڈاکٹر آزاد ملیح آبادی

ایک چٹکی سنکھیا چرا کر کھا گیا۔ کھانے کے بعد موت کے انتظار میں سوچتے سوچتے سو گیا۔ دو بجے کے قریب میری اہلیہ کو میرے اس طرح سو جانے سے تشویش ہوئی اور گھبرا کر مجھے جگا دیا۔

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

بچپن سے مجھے طب کی طرف لگاؤ تھا۔ میرے گھر میں یونانی علاج اور خصوصاً عبدالعزیز صاحب جھوائی ٹولہ لکھنو کا دور دورہ تھا۔ جب بھی کوئی بیمار ہوتا حکیم صاحب پہلے لکھنو سے ملیح آباد تشریف لاتے۔ مریض کو دیکھتے اور نسخہ لکھ کر چلے جاتے۔ حکیم صاحب کے نسخہ کی تیاری میں مجھے بے حد لطف آتا۔ میرا یہ شوق بڑھتے بڑھتے ایک مشغلہ بن گیا۔ ۱۹۲۱ء میں، میں خود بیمار ہوا اور زکام کے بعد مہلک کھانسی ہو گئی۔ ایسی جان لیوا کھانسی کہ آج بھی اس کے تصور سے لرز جاتا ہوں۔ میں علاج سے عاجز آ کر حکیم مرزا میاں کے ہاں بغرض علاج گیا۔ کئی مہینہ کے علاج سے مایوس ہو کر یہ محسوس ہوا کہ میری زندگی اب خطرے میں ہے۔ لہٰذا میں دہلی حکیم اجمل خان صاحب کی خدمت میں حاضر ہوا۔ حکیم صاحب کے بعد ڈاکٹر انصاری صاحب سے ملا۔ ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ میرا ایک پھیپھڑا خراب ہو رہا ہے اور مجھے نینی تال سینی ٹوریم ہسپتال بغرض علاج جانا چاہئے۔ حسب ہدایت تین مہینے بھوالی سینی ٹوریم رہا، جہاں آئے دن انجکشن لگتے رہے لیکن نہ تو میری کھانسی گئی نہ بخار!

میری شادی ہو گئی اور میں ایک بچے کا باپ بن چکا تھا۔ کئی سال کی متواتر کھانسی اور حرارت کا کچھ خوگر بھی ہو چکا تھا لیکن میرے والد ماجد میری اس حالت سے ہمیشہ فکر مند رہتے اور ہمیشہ میرے لئے کسی نئے علاج کا بندوبست ہوتا رہتا۔ میں لکھنو میں مقیم تھا۔ ۱۹۱۹ کا زمانہ اور اکتوبر کا مہینہ تھا۔ جنگ آزادی پر شباب تھا اور میرے دل میں وطن پرستی کا جوار بھاٹا طوفانی سیلاب کی طرح اُمڈ رہا تھا۔ رات بھر کھانسی کی وجہ سے جاگنا اور دن بھر باغیانہ صحبتوں میں گزارنا۔ آخر پولیس کی نظروں سے چھپ نہ سکا اور مجھے گرفتار کر لیا گیا۔ سینٹر جیل لکھنو، ۲۱ نمبر بارک کی تنگ و تاریک کوٹھڑی میں (کئی سال کے بعد پہلی رات) نیند بھر سونے کو ملی۔ کھانسی، نزلہ اور پھیپھڑوں کی دق، میرا ساتھ چھوڑ کر لاپتہ ہو چکی تھی۔ چند دن مقدمہ چل کر مجھے دو سو روپیہ جرمانہ اور ڈیڑھ سال قید سخت سزا ہو گئی۔

جیل سے ۱۹۲۱ء میں گھر آیا۔ ایک ہفتہ نہ گزرنے پایا تھا کہ پھر شدید کھانسی اور حرارت ہونی شروع ہو گئی۔ اس مرتبہ میں زندگی سے بالکل مایوس ہو گیا، اور اسی عالم مایوسی میں نے ایک رات اپنے خسر صاحب کی کشتہ کی ہوئی سنکھیا سفید کی پڑیا میں سے، جسے وہ کیمیا گری میں استعمال کرتے تھے، ایک چٹکی چرا کر کھا گیا۔ کھانے کے بعد موت کے انتظار میں سوچتے سوچتے سو گیا۔ دو بجے کے قریب میری اہلیہ کو میرے اس طرح سو جانے سے تشویش ہوئی اور گھبرا کر مجھے جگا دیا۔ جاگنے پر مجھے محسوس ہوا کہ میری طبیعت ہلکی ہے۔ البتہ نیند کا غلبہ ابھی باقی ہے۔ میں ان سے کچھ کہہ سن کر غافل ہو گیا۔ صبح دن چڑھے جاگنے پر بالکل اچھا تھا۔ اس دن کے بعد میری سمجھ میں اپنا علاج آ گیا اور میرا یہ دستور بن گیا کہ جب کبھی مجھے زکام ہوتا اور کھانسی کی شدت کے ساتھ دم بھی پھولنے لگتا ہے میں فوراً اس بیماری کے دو چار انجکشن لگوا لیتا ہوں اور اس عمل سے کئی سال کیلئے دمہ کی سی مہلک کھانسی سے نجات پا جاتا ہوں۔ ۱۹۲۱ء سے سنکھیا سفید سے میری کھانسی اور دمہ جانے کے چند دن بعد میں نے محسوس کیا کہ میری آنکھوں کی روشنی خطرناک حد تک کم ہو گئی ہے اور لکھنے پڑھنے میں آنکھوں پر بے حد تھکن ہوتی ہے۔ یہ صورت میرے لئے سخت تکلیف دہ تھی، کیونکہ میں لکھنے پڑھنے کا بے حد شوقین تھا۔ مجبور ہو کر میں نے چشمہ کے استعمال سے کمی کو پورا کر لیا۔ ۱۹۲۱ء سے ۱۹۵۳ء تک یہ صورت بدستور یکساں رہی۔

بتیس سال بعد مئی ۵۳ء کی صبح میں اپنے باغ میں بیٹھا تھا کہ ایک حادثہ میں مجھ پر بندوق کا فائر ہو گیا جس سے میں بری طرح زخمی ہو گیا اور میرے زخم سے بہت خون نکل گیا۔ جب میں بلرام پور ہسپتال سے گھر آیا تو یک بیک میری آنکھوں کی روشنی عود کر آئی اور اب میں باریک سے باریک تحریر بھی بغیر چشمہ کے پڑھ سکتا ہوں۔ ساتھ ہی ساتھ وہ تمام قوتیں اور جذبات جو ایک اچھے جوان میں ہونا چاہئے، مجھ میں دوبارہ عود کر آئے ہیں۔ اس صورت حال کا کیا سبب ہوا، اور کیسے بڑھاپا، جوانی سے اور کم نظری، روشنی سے تبدیل ہو گئے، اس کی نسبت بارہا غور و فکر کے باوجود میں ابھی تک نہیں سمجھ سکا۔

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں

جنوری **2008**: اس ماہ کی روحانی محفل **14** تاریخ کو پیر کے دن ہے۔ (غسل یا وضو کرنے کے بعد) نماز ظہر اگر دن کے ڈیڑھ بجے پڑھ کر ٹھیک ایک بج کر اکادن منٹ پر **اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ بِرَحْمَتِکَ اَسْتَغِیْثُ** بلا تعداد **71** منٹ خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں ٹھیک **71** منٹ کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔ **(نوٹ:)** قارئین! یہ ماہانہ ورد انفرادی طور پر فقیر عرصہ دراز سے لوگوں کو بتا رہا ہے۔ قارئین کے اصرار پر اب یہ سلسلہ رسالے میں شائع ہوا کرے گا۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفی اللہ عنہ)

قبر کشائی نے رازوں سے پردہ اٹھایا

اس نے دفنانے کے بعد انگوٹھی کو اتارنے کی ٹھان لی۔ کچھ دیر بعد اس لالچی شخص نے انگوٹھی لینے کے لیے قبر کو کھول ڈالا تو دیکھا کہ میت ایک مسہری پر ریشم کے بستر پر آرام کر رہی ہے

(تحریر: ڈاکٹر نور احمد نور صاحب فزیشن، ملتان)

اس دفعہ اکثر حالات ۲ ڈاکٹر صاحبان سے لئے گئے ہیں جو سرکاری ملازمین ہیں اور عدالتوں کے حکم کے تحت قبر کشائیاں کرتے ہیں تاکہ موت کی وجہ کا پتہ چل سکے۔ مرنے کے بعد بحکم عدالت نعش کو قبر سے نکال کر قبرستان میں اس کا تفصیلی معائنہ کیا جاتا ہے اور نعش کے کچھ اجزاء لیبارٹری میں معائنہ کے لیے بھیجے جاتے ہیں۔ اس سارے عمل کو پوسٹ مارٹم کہا جاتا ہے۔ اس عمل میں میت کے رشتہ دار، پولیس پارٹی، ڈاکٹروں کی پارٹی اور مجسٹریٹ ہوتا ہے۔ میت کے لواحقین قبر کی پہچان کرتے ہیں۔ میت کو قبر سے باہر لے آتے ہیں تاکہ معائنہ کیا جاسکے۔ ڈاکٹر صاحبان میں پروفیسر نیاز احمد بلوچ صاحب، جو نشتر میڈیکل کالج کے شعبہ (Forensic Medicine) کے سربراہ ہیں جو سینکڑوں قبر کشائیوں میں شریک رہے۔ دوسرے ڈاکٹر مہر نور احمد نے لودھراں کے علاقہ میں بہت قبر کشائیاں کیں۔ اب میں چشم دید واقعات لکھوں گا جو ان ڈاکٹر صاحبان نے بتائے۔

ایک سودخور کی قبر کشائی :۔

ڈاکٹر بلوچ صاحب کی زبانی حالات لکھ رہا ہوں۔ بوسن روڈ ملتان کے ایک قبرستان میں بورڈ کے ذریعے قبر کشائی کا حکم ملا۔ یہ ایک ایسے شخص کی نعش تھی جو اپنی زندگی کے بیس سال سعودی عرب رہا۔ الحاج تھا، حافظ قرآن تھا۔ سعودی عرب سے واپس پاکستان آکر سودی کاروبار شروع کر دیا۔ اچانک مرگیا۔ اس کی پہلی بیوی کے بچوں نے مجسٹریٹ کو درخواست دی کہ ہمارے ابو کو زہر دے کر مارا گیا ہے۔ دفن ہونے کے ایک سال بعد قبر کشائی کا حکم ملا۔ میں بورڈ کا ممبر تھا۔ سول جج کی موجودگی میں قبر کھولی گئی، نہ کوئی بو، نہ کوئی کیڑا تھا۔ جب کفن نعش سے ہٹایا گیا تو صرف ہڈیوں اور سیاہ راکھ کے کچھ باقی نہ تھا، البتہ مختلف رنگ کے بچھو ہڈیوں کو چمٹے ہوئے تھے۔ ان بچھوؤں کو ہڈیوں سے ہٹانا ناممکن تھا کیونکہ ان کے ڈنگ ہڈیوں کے اندر تھے۔ ان کو زیادہ چھیڑنے سے خطرہ تھا اس لیے اسی حالت میں چھوڑ دیا گیا۔ یہ حالات دیکھ کر احساس ہوا کہ جو شخص سود کا کاروبار کریگا مرنے کے بعد اس پر ایسی آگ مسلط کر دی جائے گی جو اس کو جلا کر راکھ کر دے گی۔ اس کی نعش پر کفن ویسے ہی تھا۔ معلوم ہوا کہ اس آگ کا اثر صرف مرنے والے کے جسم پر رہا۔

فرمانبردار بیوی :۔

ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ ان کے ایک جاننے والے ساتھی کی بیوی فوت ہوگئی۔ جس کے سارے بدن پر بیماری کی وجہ سے ورم تھا۔ اس بی بی نے ایک موٹی سونے کی انگوٹھی پہنی ہوئی تھی جو مرنے کے بعد اتاری نہ جاسکی۔ میت کے خاوند نے اجازت دے دی کہ انگوٹھی کے ساتھ اس کو دفن کر دیا جائے دفن کرنے والوں میں ایک شخص لالچی تھا۔ اس نے دفنانے کے بعد اس انگوٹھی کو اتارنے کی ٹھان لی۔ دفنانے کے کچھ دیر بعد اس لالچی شخص نے انگوٹھی لینے کے لیے قبر کو کھول ڈالا تو دیکھا کہ میت تو ایک مسہری پر ریشم کے بستر پر آرام کر رہی ہے اور اس کے اردگرد پردے لگے ہوئے ہیں۔ یہ کیفیت دیکھ کر اس لالچی شخص پر ہیبت طاری ہوگئی۔ قبر کو بند کر کے یہ حالات اس نے کئی آدمیوں کو بتائے۔ اس میت کے گھر والے سے لوگوں نے اس کی بیوی کی عجیب بات پوچھی جس کی وجہ سے وہ قبر میں آرام سے ہے۔ میت کے خاوند نے بتایا یہ کہ وہ تمام عورتوں کی طرح تھی، مگر 25 سال کی رفاقت میں مجھے یاد نہیں کہ کبھی مجھ سے جھگڑا کیا ہو یا میری نافرمانی کی ہو۔ خاوند کی اطاعت کا یہ صلہ ملا کہ وہ جنت میں داخل ہوگئی۔

قبر کی پکار :۔

ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ ایک سینئر آفیسر کے گارڈ کی قبر کشائی کی گئی۔ دفن ہوئے میت کو دس دن گزر گئے تھے۔ قبر کو جب کھولا گیا تو بدبو اتنی تیز نکلی کہ تمام حاضرین چکرا گئے۔ کافی لوگوں کو قے شروع ہوگئی۔ قبر کے اندر کیڑے ہی کیڑے تھے۔ میت نظر ہی نہیں آرہی تھی کیونکہ کیڑوں کے انبار تھے۔ رشتہ داروں نے میت کو باہر نکالا تو ہر آدمی توبہ توبہ کر رہا تھا۔ قبر یہ یاد دہانی کرا رہی تھی کہ میرے اندر آنے سے پہلے اچھے اعمال کر کے آؤ تو میں استقبال کروں گی ورنہ ایسے ہی حال ہوگا۔ خود حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ عقل مند اور سمجھدار وہ ہے جو مرنے سے پہلے مرنے کی تیاری کرے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 7 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی :۔ رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ، 0333-2168390
پشاور :۔ اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273
راولپنڈی :۔ کہکشاں نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ، 051-5505194
لاہور :۔ شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ، 042-7236688
سیالکوٹ :۔ ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ ، 0524-598189
ملتان :۔ الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ، 0300-7388662
رحیم یار خان :۔ امانت علی اینڈ سنز ، 068-5872626
علی پور :۔ ملک نیوز ایجنسی ، 0333-7674484
خانیوال :۔ طاہر سٹیشنری مارٹ
ڈیرہ غازی خان :۔ عمران نیوز ایجنسی ، 064-2017622
جھنگ :۔ ثقلین شاہ صاحب ، 0304-3410861
حاصل پور :۔ گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ ، 062-2449565
درگاہ پاکپتن :۔ مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044
مظفر گڑھ :۔ النور نیوز ایجنسی ، 066-2413121
کلورکوٹ :۔ محمد اقبال صاحب ، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس
گجرات :۔ خالد بک سنٹر مسلم بازار ، 0333-8421027
چشتیاں :۔ حافظ محمد اظہر 0632-508841
شورکوٹ کینٹ :۔ عدنان اکرم صاحب ، 0333-7685578
بہاولپور :۔ زمزم نیوز ایجنسی ، 0300-6825135
بوریوالہ :۔ مکتبہ قادریہ ڈی بلاک ، 0300-7591190
وہاڑی :۔ فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ ، 0333-6005921
بھیرہ شریف :۔ شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ ، 0301-6799177
ٹوبہ ٹیک سنگھ :۔ ملک محمد نوید ، 0462-515706
وزیر آباد :۔ شاہد نیوز ایجنسی ، 0345-6892951
ڈسکہ :۔ نایاب نیوز ایجنسی ، 0300-6430315
حیدر آباد :۔ الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ،0300-3037026
سکھر :۔ الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز ، 071-5613548
کوئٹہ :۔ خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ، 0333-7812805
اٹک :۔ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک ، 0301-5514113
میلسی :۔ امتیاز احمد صاحب، الواحد فیسی ریسٹورنٹ، 0321-7982550
خان پور :۔ چوہدری فقیر محمد صاحب ، انیس بک ڈپو ، 068-5572654
واہ کینٹ :۔ حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384
فیصل آباد :۔ ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022
صادق آباد :۔ عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624
بھکر :۔ ممتاز احمد ، نیوز ایجنٹ چشتی چوک ، 0300-7781693
گوجرانوالہ :۔ عطاء الرحمٰن کہ میڈیکل سٹور، سول اسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0554-710430
گوجرانوالہ :۔ رحمٰن نیوز ایجنسی ، 0300-6422516
جہانیاں :۔ حافظ نذیر احمد ، جہانیاں کاٹھ ہاؤس اور سنٹر، 0306-7604603
کوٹ ادو :۔ عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی ، 0333-6008515
منڈی بہاؤالدین :۔ آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0456-504847
احمد پور شرقیہ :۔ بخاری نیوز ایجنسی 0302-8674075

جو بات کسی کو دینے میں ہے وہ لینے میں نہیں (حافظ شیرازیؒ)

دوستوں کی بری صحبت ❁ ذہنی تھکن ❁ مردے خواب میں دکھائی دیتے ہیں ❁ خود اعتمادی کی کمی

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

شادی میں رکاوٹ

(ن، الف۔۔۔شیخوپورہ)

میری بہن کی منگنی کو دو سال سے زائد کا عرصہ گزر گیا ہے۔ لیکن سسرال والے ابھی شادی کے لئے تیار نہیں ہیں۔ جب کہ ہمارے گھر والوں کو شادی کی جلدی ہے۔ بہن کے سسرال والے اور منگیتر کسی نہ کسی طرح ہماری بے عزتی کرتے رہتے ہیں اور بہن کو کوئی نہ کوئی بات سنا دیتے ہیں۔ منگیتر شکی مزاج اور غصے کے بہت تیز ہیں۔ معمولی بات پر ناراض ہو جاتے ہیں اور منگنی توڑنے کی بات کرنے لگتے ہیں۔

جواب:۔ ان حالات کا تقاضا ہے کہ بہن کے سرپرست اور قریبی عزیز مل بیٹھ کر صورتحال پر غور کریں اور یکسو ہو کر کوئی فیصلہ کریں۔ صورتحال کس حد تک پریشان کن ہے یا مستقبل میں کیا مسائل پیدا ہو سکتے ہیں؟ ان کا درست اندازہ و ادراک کرنا اس موقع پر بہتر ہے۔ مسئلے کا واحد حل یہ سمجھنا کہ منگیتر کی شخصیت میں تبدیلی واقع ہو جائے، بہتر نہیں ہے۔ بہر حال اللہ پر یقین کے ساتھ روزانہ نصف رات کے بعد بسم اللہ شریف اکیس بار اور سورۂ اخلاص سات بار پڑھ کر منگیتر کو تصور کر کے دم کر لیا کریں۔ نوے دنوں تک یہ عمل کیا جائے۔ اللہ تو حالات واسباب میں تبدیلی پیدا کرنے پر قادر ہیں۔

دوستوں کی بری صحبت

(ریاض الدین۔۔۔انگلینڈ)

میں بیرون ملک مقیم ہوں۔ یہاں چند دوستوں کی صحبت میں رہ کر مجھے چند بری عادات پیدا ہو گئی ہیں جن میں سے ایک جوا کھیلنا ہے۔ میں نے اس بری لت کی وجہ سے اپنی کمائی ایک بڑا حصہ گنوا دیا ہے۔ میرے اندر یہ خیال ابھرتا ہے کہ میں یہ بری عادت ترک کر دوں لیکن وقت آنے پر ایک انجانی قوت مجھے وہاں کھینچ لے جاتی ہے اور میں بے بس و مجبور ہو جاتا ہوں۔ پھر ارادہ کرتا ہوں لیکن میرا ارادہ ریت کی دیوار ثابت ہوتا ہے۔

جواب: آپ نماز کی پابندی کریں اور ساتھ ہی روزانہ قرآن پاک کی تلاوت کر کے اس کے معانی ومطالب پر غور کیا کریں اور ان دونوں معمولات کی سختی سے پابندی کریں۔ رات کو سونے سے پہلے اندھیرے میں بیٹھ کر ایک نقطے پر نگاہیں جمائیں اور پوری بسم اللہ شریف ایک سو ایک بار پڑھیں۔ انشاء اللہ کچھ عرصے میں آپ کے ارادے میں اتنی قوت پیدا ہو جائے گی کہ وہ وقت آنے پر ریت کی دیوار ثابت نہیں ہوگا۔

اولاد سے محرومی

(بشیر احمد۔۔۔لاہور)

یہ میرے ایک عزیز کا مسئلہ ہے۔ ان صاحب کی شادی کو سات سال ہو گئے ہیں۔ لیکن اولاد نہیں ہے۔ میاں بیوی دونوں کی طبی رپوٹیں درست ہیں لیکن پھر بھی اولاد کی امید ابھی تک پیدا نہیں ہوئی۔ ان کی ازدواجی زندگی بے کیفی اور سرد مہری کی نذر ہوتی جارہی ہے۔

جواب:۔ بعد نماز عشاء سورۂ علق، بعد نماز فجر سورۂ یٰسین اور بعد نماز مغرب سورۂ مریم پڑھ کر پانی پر دم کر کے شوہر و بیوی دونوں اس پانی سے نصف پی لیا کریں۔ اللہ سے دعا بھی کریں کہ وہ اولاد صالح عطا فرمائے۔ اللہ کی قدرت وحکمت پر یقین رکھیں اور ازدواجی زندگی کو سرد مہری کی نذر نہ ہونے دیں۔

بچوں کی بیماری

(ثمینہ پیرزادہ، کراچی)

میرے تینوں بچے آئے دن بیمار ہو جاتے ہیں۔ اکثر گلا خراب ہو جاتا ہے یا بخار ہو جاتا ہے۔ غرض کوئی نہ کوئی تکلیف لاحق ہو جاتی ہے۔ میں خود بھی بیمار رہتی ہوں۔ بچوں کے والد کا انتقال ہو گیا ہے۔ ان کے بعد یہ مسئلہ پیدا ہوا ہے۔ اس سے پہلے ایسا نہ تھا۔

جواب:۔ روزانہ صبح اور رات کو سورۂ فاتحہ، سورۂ فلق اور سورۂ کوثر ایک ایک بار پڑھ کر سیدھے ہاتھ کی ہتھیلی پر دم کر کے بچوں کے سر سے لیکر پیروں تک پھیر دیں۔ یہ عمل تین بار کیا جائے اور ہر بچے کے ساتھ الگ الگ پڑھ کر انجام دیں۔ آپ خود سورۂ حشر کی آیت نمبر 23 ایک بار پانی پر دم کر کے صبح وشام پی لیا کریں۔ بچوں کی غذا میں پرہیز و احتیاط ضروری ہے۔ کوئی ایسی شے نہ دیں جو گلے کی خرابی کا باعث بن سکتی ہو۔

ذہنی تھکن

(نعمت اللہ خان، ڈیرہ غازی خان)

میں ایک پیشہ ورانہ امتحان کی تیاری کر رہا ہوں۔ اس میں محنت اور یکسوئی کی بہت ضرورت ہوتی ہے۔ محنت تو میں کر رہا ہوں لیکن ذہن جلد تھک جاتا ہے۔ اور یکسوئی ختم ہو جاتی ہے۔ پھر کوشش کے باوجود توجہ مضمون پر قائم نہیں ہوتی۔ آخر کار کتاب بند کرنی پڑتی ہے۔ جبکہ میرے ساتھی یکسوئی کے ساتھ بہت بہت دیر تک مطالعہ کرتے ہیں۔

جواب:۔ ذہنی تھکن کی کئی وجوہات ہوتی ہیں مثلاً مناسب نیند کی کمی، غذا میں بعض اجزاء کی کمی اور لاشعوری طور پر بعض باتیں جو خوف بن جاتی ہیں۔ ایک اور جسمانی ورزش کی کمی بھی ہے۔ آپ روزانہ مناسب جسمانی ورزش بھی کیا کریں۔ مثلاً کوئی ہلکا پھلکا کھیل کھیلیں، تیز قدموں سے چلیں، غذا میں موسم کے پھل، بادام اور چھوہارے استعمال کیا کریں۔ اپنے تحت الشعور سے ہر قسم کے خوف کو دور کر کے اعصاب و ذہن کو ایک نقطے پر مرکوز رکھیں۔ علی الصبح سورج نکلنے سے پہلے نمودار ہونے والی ہلکی روشنی کو دس منٹ تک دیکھتے ہوئے درمیان میں تین بار سورۂ اخلاص پڑھ لیں۔ رات سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں۔ ذہن کو تمام خیالات سے آزاد کر کے یہ تصور کریں کہ آپ موم بتی کے شعلے کو دیکھ رہے

ایسے راستے سے جو کسی کو فائدہ نہ پہنچائے اور لوگوں کا دل دکھائے، پرہیز کر (خلیفہ مامون الرشید)

ہیں۔ اس تصور کو دس منٹ قائم رکھیں اور پھر سو جائیں۔ انشاء اللہ کثیر فوائد حاصل ہوں گے۔

مردے خواب میں دکھائی دیتے ہیں

(چوہدری سلطان محمود.........ملتان)

میری والدہ کو ایک طرح کے خواب دکھائی دیتے ہیں۔ کوئی رات ایسی نہیں گزرتی جس خواب میں مردے نظر نہ آئیں۔ کبھی وہ ضعیف لوگ دکھائی دیتے ہیں۔ جو اس جہاں سے جا چکے ہیں اور کبھی کم عمری میں فوت شدہ بچے دکھائی دیتے ہیں۔ کبھی وہ خود کو قبرستان میں دیکھتی ہیں۔ یہ تمام باتیں پورے دن ان کے اعصاب پر سوار رہتی ہیں۔ دوسرا مسئلہ بھائی کا ہے۔ جس کی تفصیل لکھ رہا ہوں لیکن شائع کئے بغیر جواب دے دیں۔

جواب:۔ والدہ سے کہیں کہ وہ رات کو سونے سے پہلے ایک تسبیح درود شریف اور ایک تسبیح پہلے کلمے کی پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر کر کسی سے بات کئے بغیر سو جایا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس دن تک انجام دیں۔ بھائی سے کہیں کہ وہ سورۂ حشر کی آیت نمبر 24 گیارہ بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے اور سینے پر پھیر لیا کرے۔ یہ عمل صبح، شام اور رات کو انجام دیں۔

بات کو تسلسل سے بیان نہیں کر سکتی

(فضا یاسمین۔۔۔نوشہرہ)

بولنے کا ارادہ کرتی ہوں تو اچانک ذہن صاف ہو جاتا ہے۔ الفاظ نہیں ملتے کہ کیا بات کروں۔ آسان سی بات کے لیے کبھی کوئی لفظ یا جملہ سمجھ میں نہیں آتا۔ اکثر بات شروع کرنے کے بعد درمیان میں یہی صورتحال ہو جاتی ہے اور بات روک دینی پڑتی ہے۔ اکثر دوسرے لوگ میری بات کو اپنے الفاظ میں پورا کر دیتے ہیں۔

جواب:۔ ایک عمدہ کاغذ لیکر اس پر اسم ذات اللہ خوشخط لکھوا کر اس کے گرد ایک دائرہ بنوا دیں۔ اس کاغذ کو کسی گتے وغیرہ پر چسپاں کر لیں۔ روزانہ صبح اور رات کو سونے سے پہلے اسم اور دائرے کو پوری توجہ سے دس منٹ تک دیکھا کریں۔ علاوہ از یں صبح اور شام سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 284 تین بار پڑھ کر سیدھے ہاتھ کی ہتھیلی پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ انشاء اللہ خالی الذہنی اور بات کرنے میں مذکورہ مشکل پر جلد قابو حاصل ہو جائیگا۔

معاشی حالات دن بدن خراب

(جاوید۔۔۔ڈیرہ اسماعیل خاں)

والد صاحب معاشی پریشانی سے دوچار ہیں۔ والد صاحب نے قرض لیکر کاروبار کے لیے مشین بھی تبدیل کی ہے لیکن ابھی تک مالی حالات جوں کے توں ہیں۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ صورتحال الجھتی جا رہی ہے۔ ہمارا رہائشی گھر بھی پورے طور پر اپنا نہیں ہے۔ رشتہ دار مذاق اڑاتے ہیں اور بعض حسد کرتے ہیں۔ والد صاحب ان باتوں کا کچھ زیادہ اثر لیتے دکھائی نہیں دیتے۔ یوں لگتا ہے کہ ان پر کسی نے کوئی عمل یا کوئی سحر کر دیا ہے۔ ہم بہن بھائیوں نے والد صاحب سے کہا کہ ہم بھی آپ کے کام میں ہاتھ بٹانا چاہتے ہیں لیکن والد صاحب سنی ان سنی کر دیتے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ وہ ذمہ داری اور دلچسپی سے ان سارے مسائل کو حل کرنے کی کوشش کریں۔

جواب:۔ والد صاحب سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ تین بار سورۂ اخلاص پڑھیں اور اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔ نماز فجر کے بعد سورۂ ص کی تلاوت کر کے اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔ جس قدر بھی استطاعت ہو کچھ نہ کچھ ضرورت مندوں کو ضرور دیا کریں۔ اللہ تعالیٰ ایسے حالات جلد پیدا فرما دیں گے کہ مسائل کے حل کی کوئی راہ واضح ہو جائے۔

خود اعتمادی کی کمی

(ف۔ن۔۔۔عیسیٰ خیل)

جب بھی کسی سے بات کرتی ہوں تو اس کی شخصیت کا ایک نامعلوم رعب مجھ پر طاری ہو جاتا ہے اور آہستہ آہستہ میرے اعصاب جواب دینے لگتے ہیں۔ الفاظ ادا نہیں کر سکتی اور اپنے حواس کو مجتمع رکھنے میں ناکام ہو جاتی ہوں۔ مخاطب کی طرف دیکھنا میرے لئے ناممکن ہو جاتا ہے۔ نگاہیں نیچے ہو جاتی ہیں اور سانس رکنے لگتا ہے۔ اس کمزوری کی وجہ سے بہت سے معاملات میں پیچھے رہ گئی ہوں۔ میں شادی شدہ ہوں اور تین بچے بھی ہیں۔

جواب: اسم ذات اللہ خوشخط کاغذ پر لکھوا کر صبح اور رات کو دس منٹ تک چار پانچ فٹ کے فاصلے سے پوری توجہ سے اسے دیکھا کریں۔ ہر نماز کے بعد تیسرا کلمہ گیارہ بار پوری توجہ سے پڑھا کریں۔ کم از کم نوے دنوں تک اس معمول پر کاربند رہیں اور جن دنوں میں مجبورانہ کر سکیں وہ بعد میں پورے کر لیں۔ انشاء اللہ ذہن سے خوف و اعصابی انتشار دور ہو جائے گا۔

نیت کی خرابی

(مسز حسن۔۔۔اٹک)

میں نے دو جگہ کمیٹی کے لیے رقوم جمع کرائی تھیں لیکن دونوں جگہوں پر کمیٹیاں ختم ہو گئیں۔ جن عورتوں نے یہ کمیٹیاں شروع کی تھیں۔ وہ رقم واپس کرنے سے گریزاں ہیں اور حیلے بہانوں سے وقت گزار رہی ہیں۔ میں ان حالات کی وجہ سے ذہنی اذیت میں مبتلا ہو گئی ہوں اور دماغ الجھ کر رہ گیا ہے۔

جواب: بسم اللہ الواسع الودود، روزانہ نماز عشاء کے بعد چھیاسٹھ مرتبہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں اپنی مشکلات کے لیے دعا کیا کریں۔ کم از کم چالیس دن وظیفے کو پڑھیں۔ اس کے ساتھ ساتھ معمول کی عملی کوشش بھی جاری رکھیں۔ آپ کے حالات میں وسعت و فراخی بھی پیدا ہو جائیگی۔

یرقان اور میرا تجربہ

(مرسلہ: محمد اظہر عظیم ہاشمی۔۔۔کراچی)

محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم! ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے ایک نسخہ تحریر کر رہا ہوں امید ہے یہ ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے ضرور شائع ہوگا۔ ہر قسم کے یرقان حتیٰ کہ سیاہ یرقان کے لیے مفید ہے۔ کچھ عرصہ استعمال کریں۔

نسخہ: (1) کاسنی 25 گرام
(2) کاسنی کی جڑ 25 گرام
(3) سونف 25 گرام
(4) سونف کی جڑ 25 گرام
(5) نیلوفر کے پھول 25 گرام

ان سب کو ملا کر تین حصوں میں برابر تقسیم کر لیں۔ ایک حصے کو ایک کلو پانی میں رات کو بھگو دیں اور صبح چھان کر پئیں اسی طرح تین دن کریں انشاء اللہ شفا ہوگی۔

لڑاکی ساس، الجھتی بہو اور بے اولاد جوڑا

میراجی چاہتا تھا کہ میں اس لڑاکا ساس اور بہو اور اس نوجوان کی بے اولاد بیوی کے پاؤں کی خاک تبرک کے طور پر اپنے سر پر ڈالوں تاکہ کسی طرح مجھے بھی ان کے یقین محکم کا ایک چھوٹا سا ذرہ نصیب ہو

مکہ میں نالے کے کنارے میرے بالکل قریب بہاول پور کے ایک خاندان نے ڈیرہ لگایا ہوا تھا۔ ایک بوڑھے میاں بیوی کے ساتھ ان کی جوان بہو تھی۔ بڑے میاں تو خاموش بیٹھے حقہ پیتے رہتے تھے۔ لیکن ساس اور بہو میں بات بات پر بڑی طویل لڑائی ہوا کرتی تھی۔ لڑائی میں ہار اکثر بہو کی ہوا کرتی تھی اور ہر شکست کے بعد وہ روتی ہوئی اٹھ کھڑی ہوتی تھی اور ساس سے کہتی تھی، اچھا تم نے جتنا ظلم کرنا ہے مجھ پر کرلو، میں ابھی جا کر طواف کرتی ہوں اور اللہ میاں کے پاس اپنی فریاد پہنچاتی ہوں۔ یہ دھمکی سنتے ہی اس کی ساس فوراً پہنچ جاتی تھی اور بہو کا دامن پکڑ کر بڑی لجاجت سے کہتی تھی، نہ بیٹی نہ تو تو میری بیٹی ہے، ایسی غلطی نہ کرنا، خوانخواہ کوئی الٹی سیدھی بات منہ سے نکال بیٹھنا، طواف میں جو منہ سے نکل جائے، وہ پورا ہو کر رہتا ہے۔

یہ ڈرامہ رات دن میں کئی بار ہوتا تھا۔ ایک روز بڑی شدید گرمی تھی۔ دوپہر کے وقت اچانک آندھی آئی اور خوب تیز بارش ہونے لگی۔ نالے کے کنارے مقیم حاجیوں کا سامان کیچڑ میں لت پت ہو گیا۔ اب ساس بہو میں چخ چخ ہونے لگی۔ غصے میں آ کر ساس نے بہو کو چوٹی سے پکڑ لیا اور اسے جھنجھوڑ کر کہنے لگی، آج صبح طواف میں یہ حرامزادی کہہ رہی تھی، اللہ میاں، بڑی گرمی ہے، اللہ میاں بڑی گرمی ہے، اللہ میاں بارش، اللہ میاں بارش۔ ارے کالے منہ والی، تمہیں پتہ نہیں، یہاں ہر دعا قبول ہو جاتی ہے، اب بارش کا مزا چکھ، اب یہ سامان تیرا باپ آ کر سکھائے گا۔ اس خاندان سے ہٹ کر ایک جوان جوڑے کا بسیرا تھا۔ یہ میاں بیوی بے اولاد تھے اور بچے کی آرزو لیکر حج کرنے آئے تھے۔ اپنا پہلا طواف کر کے یہ واپس آئے تو بیوی نے بڑے وثوق سے کہا اب ان کی مراد ضرور پوری ہو جائے گی۔ کیونکہ طواف کے دوران اس نے اللہ تعالیٰ سے بچہ کے علاوہ اور کچھ نہیں مانگا۔

لڑکا مانگا تھا یا صرف بچہ مانگا تھا، خاوند نے وکیلوں کی طرح جرح کی۔ لڑکے کی بات تو میں نے کوئی نہیں کی فقط بچہ مانگنے کی دعا کرتی رہی، بیوی نے جواب دیا۔

رہی اُوت کی اُوت، خاوند نے بگڑ کر کہا، اب اللہ کی مرضی، چاہے تو لڑکا دے چاہے تو لڑکی دے، اب وہ تجھ سے پوچھنے تھوڑی آئے گا، اس وقت لڑکے کی شرط لگا دیتی تو لڑکا ہی ملتا، یہاں کی دعا کبھی نامنظور نہیں ہوتی۔

ان سیدھے سادھے مسلمانوں کا ایمان اس قدر راسخ تھا کہ خانہ کعبہ کے گرد طواف کرتے ہی وہ کوہ طور کی چوٹی پر پہنچ جاتے تھے اور اپنے معبود حقیقی سے راز و نیاز کر کے نفس مطمئنہ کا انعام پاتے تھے۔ ان سب کو حق الیقین کی دولت حاصل تھی۔ وہ بڑی بے تکلفی سے اپنی اپنی فرمائشیں رب کعبہ کے حضور پیش کر کے کھٹا کھٹ قبولیت کی مہر لگوا لیتے تھے۔ ان کے مقابلے میں مجھے اپنی نمازیں، اپنے طواف اور اپنی دعائیں بے حد کھوکھلی، بے جان، جعلی، نقلی اور فرضی نظر آنے لگیں۔ میراجی چاہتا تھا کہ میں اس لڑاکا ساس اور بہو اور اس نوجوان کی بے اولاد بیوی کے پاؤں کی خاک تبرک کے طور پر اپنے سر پر ڈالوں تاکہ کسی طرح مجھے بھی ان کے یقین محکم کا ایک چھوٹا سا ذرہ نصیب ہو۔ (انتخاب: عبدالرحمٰن۔ لاہور)

(بحوالہ: شہاب نامہ، قدرت اللہ شہاب)

جوڑوں کا درد

محترم حکیم صاحب السلام علیکم:

جناب عالی میں آپ کے رسالے کا قاری ہوں اور ماہنامہ ''عبقری'' کو دل و جان سے پسند کرتا ہوں۔ میں نے بہت سے لوگوں پر جوڑوں کے درد کے لیے اس نسخہ کو آزمایا اور بہت اچھے نتائج برآمد ہوئے۔ اب یہ نسخہ فی سبیل اللہ ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کی نظر کرتا ہوں۔

نسخہ ھوالشافی:

زیرہ سفید 100 گرام ، کالی مرچ 100 گرام
دارچینی 100 گرام ، لونگ 100 گرام

ان تمام چیزوں کو ہم وزن لیکر پیس لیں اور کھانے کے بعد چائے کا ایک چمچ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

خوراک: دن میں تین بار (۱) ناشتہ کے بعد (۲) دوپہر کے کھانے کے بعد (۳) شام کے کھانے کے بعد

(مرسلہ: حاجی صاحب۔۔۔ پیپلز کالونی نمبر 1 فیصل آباد)

کامیابی کے راستے

(مولانا وحیدالدین خاں)

اگر ایک میدان میں آپ کو موقع نہ ملے تو دوسرے میدان میں محنت شروع کر دیجئے۔ عین ممکن ہے کہ آپ دوسرے میدان میں وہ سب کچھ پالیں جس کی امید آپ پہلے میدان میں کیے ہوئے تھے۔

ڈاکٹر سالم علی (۱۹۸۷ - ۱۸۹۶) کو علم طیور (Ornithology) میں غیر معمولی مقام ملا۔ ہندوستان نے ان کو پدما بھوشن کا خطاب دیا۔ برطانیہ نے ان کو گولڈ میڈل سے نوازا۔ ہالینڈ نے ان کو گولڈن آرک عطا کیا۔ عالمی ادارہ وائلڈ لائف نے ان کو انعام کے طور پر ۵۰ ہزار ڈالر دیئے۔ ہندوستان کی تین یونیورسٹیوں نے اعزازی طور پر ان کو ڈاکٹریٹ کی ڈگری عطا کی۔ وہ راجیہ سبھا کے ممبر بنائے گئے، وغیرہ۔ ڈاکٹر سالم علی کو یہ غیر معمولی کامیابی ایک غیر معمولی ناکامی کے ذریعہ حاصل ہوئی۔ وہ بمبئی کے ایک گنجان علاقہ کھیت واڑی میں پیدا ہوئے۔ بی اے تک تعلیم حاصل کرنے کے بعد انہیں روزگار کی ضرورت ہوئی۔ مگر جب وہ روزگار کی تلاش میں نکلے تو ان کے الفاظ میں ''ہر ادارے اور ہر دفتر میں ان کے لیے'' جگہ نہیں'' (No Vacancy) کا بورڈ لگا ہوا تھا۔'' اس ناکامی نے ان کے لیے نئی کامیابی کے راستے کھول دیئے۔ ایک روز انہوں نے ایک چھوٹی چڑیا پکڑی۔ اس کو دیکھا تو اس میں ایک غیر معمولی خصوصیت نظر آئی۔ اس کی گردن پیلے رنگ کی تھی۔ انہوں نے اس پر تحقیق شروع کر دی۔ انہوں نے علم طیور کے موضوع پر بہت سی کتابیں پڑھ ڈالی۔ ان کی دلچسپی بڑھتی گئی۔ یہاں تک کہ انہوں نے ایک دستی دوربین حاصل کی۔ اب ان کا کام یہ ہو گیا کہ ادھر ادھر جا کر چڑیوں کا مشاہدہ کریں اور ان کے حالات اپنی ڈائری میں لکھیں۔ آخر کار انہوں نے علم طیور میں اتنی مہارت پیدا کی کہ خود اس فن کوئی جہتوں اور نئی وسعتوں سے آشنا کیا۔ ان کی دو کتابیں بہت مشہور ہیں۔ ایک کتاب میں انہوں نے برصغیر ہند کی ۱۲۰۰ چڑیوں کے حالات لکھے ہیں۔ ان کی دوسری کتاب طیور ہند (Indian Birds) ہے جو گیارہ بار چھپ چکی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 16 پر)

غذاؤں سے جنسی آسودگی کا حصول

ان مریضوں کو چار ماہ تک روزانہ پچاس سے لیکر ڈیڑھ سو ملی گرام تک جست دیا۔ اس کا اثر یہ دیکھا گیا کہ ستر فی صد سے زائد مریضوں کو افاقہ ہوا۔ (تحقیق انوار الحق سبحانی، کوئٹہ)

بڑے لطف کی بات ہے کہ معالجین کو اب یہ محسوس ہوا ہے کہ غذائیت کی کمی کی وجہ سے نامردی کی شکایت بھی پیدا ہو سکتی ہے۔ چنانچہ اب انہوں نے یہ مشورہ دینا شروع کیا ہے۔ کہ جن لوگوں کی ازدواجی زندگی بدمزگی کا شکار ہو رہی ہے۔ انہیں چاہئے کہ وہ اپنی غذا پر توجہ دیں۔ امریکہ میں چار آدمیوں کو نامردی کی شکایت ہوگئی تھی۔ یہ لوگ چھ ماہ میں ایک بار مباشرت کر پاتے تھے۔ ان کی جنسی زندگی ختم ہو چکی تھی، لیکن جست (Zinc) کی بدولت وہ صحت یاب ہوگئے۔ دراصل ان لوگوں کے گردے خراب تھے اور وہ واشنگٹن کے ہسپتال میں زیر علاج تھے۔ طریق علاج یہ تھا کہ ہفتے میں تین بار ان کا خون ایک مشین کے ذریعہ سے پمپ کیا جاتا تھا۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ ان کے گردے ناقص اجزاء کو خارج کرنے سے قاصر تھے۔ جب کہ مشین یہ کام کر لیتی تھی۔ لیکن جب کئی مہینوں تک یہ علاج کیا گیا تو یہ لوگ نامردی کا شکار ہوگئے۔ یوں بظاہر وہ بھلے چنگے تھے۔ معالجین نے یہ دیکھا کہ ان مریضوں کے خون میں جست کی کمی ہوگئی ہے۔ اور چوں کہ جست اعضائے تناسل کی صحت کے لیے مفید ہے۔ لہٰذا ان مریضوں کو جست دیا جانے لگا۔ اور ان چار میں سے تین مریضوں کی جنسی حالت خراب ہوگئی۔ پھر جب جست کو اس محلول میں شامل کر لیا گیا جس میں ان کے خون کی صفائی کی جاتی تھی۔ تو دو ہفتوں کے بعد ان تین مریضوں کی جنسی حالت اور بھی بہتر ہوگئی۔ چوتھے مریض کی حالت چار ہفتوں کے بعد بہتر ہوئی۔ محققین نے آزمانے کے لیے ان مریضوں کو جست دینا بند کر دیا تو ایک ہی ماہ کے اندر چاروں مریضوں کی جنسی حالت خراب ہوگئی اور پھر جب دوبارہ انہیں جست دیا جانے لگا تو وہ پھر بہتر ہوگئے۔ جست غدہ مثانہ (Prostate) کی صحت کے لیے نہایت ضروری چیز ہے۔ شکاگو میڈیکل اسکول کے ڈاکٹر اروِنگ ایم۔ بش (IRVING M. BUSH) اور ان کے ساتھ کے ڈاکٹروں نے دو سو مریضوں کے غدۂ مثانہ میں جست کی مقدار کا معائنہ کیا تو پتہ چلا کہ بہت سے مریضوں میں جست کی کمی تھی۔ ڈاکٹر موصوف نے ان مریضوں کو چار ماہ تک روزانہ پچاس سے لیکر ڈیڑھ سو ملی گرام تک جست دیا۔ اس کا اثر یہ دیکھا گیا کہ ستر فی صد سے زائد مریضوں کو افاقہ ہوا۔

یہ بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ جن لوگوں کا غدہ مثانہ خراب ہوتا ہے وہ اکثر نامردی کا شکار ہو جاتے ہیں، لیکن جب ان کو جست زیادہ مقدار میں دیا جاتا ہے۔ تو وہ صحت مند ہو جاتے ہیں۔ جست کے علاوہ ایک دوسری چیز بھی مفید ثابت ہوئی ہے اور وہ ہے خمیر (YEAST)۔ جو لوگ نامردی کا شکار ہو جاتے ہیں ان میں سے اکثر ذیابیطس کے مرض میں مبتلا ہوتے ہیں۔ اگر اس قسم کے مریض ایک چمچہ خمیر روزانہ استعمال کرتے ہیں تو انہیں افاقہ ہو جاتا ہے۔ امریکا میں ایک دوسری تحقیقات جو عورتوں کے سلسلے میں کی گئی اس سے پتا چلا کہ جو عورتیں مباشرت سے پوری طرح لطف اندوز نہیں ہو پاتیں وہ کیلشیم اور فاسفورس کی کمی میں مبتلا ہوتی ہیں، لیکن اس کے یہ معنی نہیں کہ اگر ان عورتوں کی غذا میں کیلشیم اور فاسفورس کی مقدار بڑھا دی جائے تو یہ مباشرت سے پوری طرح لطف اندوز ہو سکیں گی۔

مرد اور عورت دونوں آج کل کی زندگی میں تناؤ کا شکار ہو رہے ہیں۔ اس کا اثر جنسی زندگی پر بہت زیادہ ہو رہا ہے۔ تناؤ اور اس سے جو کیمیائی تبدیلیاں جسم میں ہوتی ہیں وہ کس طرح سے اثر انداز ہوتی ہیں، اس کا اندازہ اس سے لگایا جا سکتا ہے کہ ویت نام میں جب امریکی فوجی محاذ جنگ پر جانے کے لیے تیار ہوتے تھے تو ان کے خون میں ایڈرینلین (ADRENALINE) کی سطح بلند ہو جاتی تھی۔ اور ان کے مردانہ ہارمون (TESTOSTERONE) کی سطح گر جاتی تھی۔ پھر انہیں مباشرت سے کوئی دلچسپی نہیں رہتی تھی۔ لیکن جب وہ محاذ جنگ سے واپس آ جاتے تھے تو ان کے مردانہ ہارمون کی سطح بلند ہو جاتی تھی اور ایڈرینلین کی سطح گر جاتی تھی۔ لہٰذا وہ اب جنسی معاملات میں پھر دلچسپی لینے لگتے تھے۔ ممکن ہے آپ ایک سپاہی نہ ہوں۔ پھر بھی روزمرہ کی زندگی ایک میدانِ کارزار ہے۔ سڑکوں پر سواریوں کا اژدہام، ہوا کی آلودگی اور شور وغل، یہ سب چیزیں مل کر میدانِ جنگ کا نقشہ پیش کرتی رہتی ہیں۔ میکسیکو سٹی میں ایک تحقیقات کی گئی جس سے یہ پتہ چلا کہ جو لوگ مسلسل مشینوں کے شور وغل کے قریب کام کرتے ہیں ان کی جنسی خواہشات کم ہو جاتی ہیں۔ یہ بھی تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ جب لوگ روزمرہ کی زندگی کے ہنگاموں سے دور نکل جاتے ہیں یعنی چھٹی لیکر کہیں چلے جاتے ہیں تو ان کی جنسی زندگی بہتر ہو جاتی ہے۔ لیکن سوال یہ ہے کہ کون شخص سال بھر میں صرف دو ہفتے کی جنسی زندگی کو پسند کرے گا۔ لہٰذا اگر صحیح غذا استعمال کی جائے تو آدمی پورے سال چاق و چوبند رہ سکتا ہے۔ محققین نے یہ بھی بتایا ہے کہ جست نامردی کے لیے صرف اس بنا پر مفید نہیں کہ یہ غدہ مثانہ پر اثر انداز ہوتا ہے بلکہ یہ جسم کو تناؤ سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔ اس کے علاوہ دوسری غذائیں بھی ہیں جو جسم کو تناؤ سے محفوظ رکھ سکتی ہیں۔

امریکہ کے ایک معالج نے یہ مشورہ دیا ہے کہ اگر تناؤ کا مقابلہ خلیاتی سطح پر کرنا ہے تو وٹامن سی اور ای دینا چاہئے۔ اسی طرح وٹامن اے اور ڈی۔ میگنیشیم (MAGNESSIUM)، فولاد، جست اور پوٹاشیم (POTASSIUM) بھی تناؤ کو کم کرنے کے لیے مفید ہے۔

ایک اور اہم بات یہ ہے کہ اگر رات کو کھانا بہت زیادہ کھا لیا جاتا ہے تو اس سے بھی تناؤ پیدا ہو جاتا ہے اور پھر مباشرت کا کوئی سوال نہیں رہ جاتا۔ لہٰذا اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کی رات اچھی کٹے تو رات کھانا کم کھائیے۔ چنانچہ جنسی زندگی کو برقرار رکھنے کے لیے آپ جست، خمیر اور دیگر مفید غذائیں استعمال کر سکتے ہیں۔ لیکن ایک اور نہایت اہم ''جزو'' ہے اس کو ہرگز نہ بھولیے گا...... اور وہ ہے ''محبت''!

ایک تحفہ ہے قبول فرمائیں

(انتخاب: محمد علی۔ ملتان)

جو شخص اس دعا کو ہر روز ایک دفعہ ایک سال تک یا 360 مرتبہ ایک ہی دن میں پڑھے گا جنت میں مرنے سے پہلے اپنا مقام دیکھ لے گا۔ **سُبْحَانَ الدَّائِمِ الْقَائِمِ سُبْحَانَ الْحَيِّ الْقَيُّوْمِ سُبْحَانَ الْمَلِكِ الْقُدُّوْسِ سُبْحَانَ رَبِّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوْحِ سُبْحَانَ اللّٰهِ وَ بِحَمْدِهٖ سُبْحَانَ الْعَلِيِّ الْاَعْلٰى سُبْحَانَهٗ وَتَعَالٰى o**

خاوند سے محبت ۞ ہر قسم کی گھبراہٹ ختم ۞ مرگی سے حفاظت

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

خطرناک جانوروں سے حفاظت

اگر کوئی شخص کسی ایسے خطرناک جنگل میں رستہ چلا جاتا ہو کہ جہاں درندوں کا خوف ہو، اس آیت شریف کو پڑھے انشاء اللہ کسی طرح کا خوف نہ رہے گا۔ اور نہ کوئی درندہ حملہ کرے گا بسم اللہ الرحمٰن الرحیم لَهٗ مُعَقِّبٰتٌ مِّنْۢ بَيْنِ يَدَيْهِ وَ مِنْ خَلْفِهٖ يَحْفَظُوْنَهٗ مِنْ اَمْرِ اللّٰهِ ط (سورۃ الرعد آیت نمبر 11)

ہر قسم کی آفت سے محفوظ رہنے کے لیے

اگر کسی موقعہ پر بجلی کی کڑک اور چمک زیادہ ہو اس موقع پر يُسَبِّحُ الرَّعْدُ بِحَمْدِهٖ وَالْمَلٰٓئِكَةُ مِنْ خِيْفَتِهٖ آیت اور سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ سُبْحَانَ اللّٰهِ الْعَظِيْمِ (سورۃ الرعد آیت نمبر 13) تسبیح کا پڑھنا نہایت مفید اور ہر قسم کی آفت سے محفوظ رہنے کے لیے مجرب عمل ہے۔

بچہ کو ام الصبیان (مرگی) سے محفوظ رکھتا ہے

جس دن بچہ پیدا ہو مشک سے لکھ کر اس آیت کو گلے میں بچہ کے ڈالنا ام الصبیان (مرگی) سے محفوظ رکھتا ہے آیت یہ ہے وَخَابَ كُلُّ جَبَّارٍ عَنِيْدٍ ۝ مِّنْ وَّرَآئِهٖ جَهَنَّمُ وَ يُسْقٰى مِنْ مَّآءٍ صَدِيْدٍ ۝ يَّتَجَرَّعُهٗ وَلَا يَكَادُ يُسِيْغُهٗ وَيَاْتِيْهِ الْمَوْتُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَّمَا هُوَ بِمَيِّتٍ ط وَ مِنْ وَّرَآئِهٖ عَذَابٌ غَلِيْظٌ ۝ (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 15 تا 17) تجربہ سے نہایت مفید ثابت ہوا ہے

درخت پر پھل نہ لگتا ہو

اگر کسی درخت میں پھل نہ آتا ہو یا کچھ کم پھل آتا ہو۔ کسی کاغذ پر لکھ کر اس درخت پر پھول کے شروع ہونے سے پہلے لٹکا یا جائے انشاء اللہ پھل بہت آئے گا۔ آیت یہ ہے ضَرَبَ اللّٰهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ اَصْلُهَا ثَابِتٌ وَّ فَرْعُهَا فِى السَّمَآءِ ۝ تُؤْتِيْٓ اُكُلَهَا كُلَّ حِيْنٍۢ بِاِذْنِ رَبِّهَا (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 24 تا 25)

ہر قسم کی گھبراہٹ کے لیے

ہر قسم کی گھبراہٹ اور دل کی اضطرابی کے موقع پر اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ ۝ (سورۃ الرعد آیت نمبر 28) کا پڑھنا نہایت مفید اور مجرب ہے۔

فائدہ: سورۃ رعد کا ایک مرتبہ روز پڑھنا اور ہمیشہ اس عمل کا کرنا بالخاصیت خدا کی محبت دل میں پیدا کرتا ہے۔ عمل مجرب ہے۔

خاوند سے محبت

اگر کسی شخص کو دنیا دار برا کہتے ہوں یا عورت کو اس کا خاوند یا ساس یا سسر وغیرہ برا کہتے ہوں اور طعنے دیتے ہوں تو وہ ایک سو سات مرتبہ ان دونوں آیتوں کو ایک مجلس میں صبح کی نماز کے بعد اکیس روز تک (سورۃ الحجر آیت نمبر 65 تا 66) پڑھے۔ لَا يَلْتَفِتْ مِنْكُمْ اَحَدٌ وَّامْضُوْا حَيْثُ تُؤْمَرُوْنَ ۝ وَقَضَيْنَآ اِلَيْهِ ذٰلِكَ الْاَمْرَ اَنَّ دَابِرَ هٰٓؤُلَآءِ مَقْطُوْعٌ مُّصْبِحِيْنَ ۝ یہ آیت جلالی ہے۔ احتیاط شرط ہے سخت ضرورت کے وقت عمل میں لانا چاہیے تھوڑی سی بات میں اس عمل کو کرنا مناسب نہیں ہے۔

محبت کی ابتدا اور انتہا

(مرسلہ: عابد شبیر، فیصل آباد)

منصور حلاج کو قید میں جب اٹھارہ دن ہوئے تو شبلیؒ نے جا کر دریافت کیا۔ ''منصور! محبت کیا ہے؟'' اس نے کہا۔ ''یہ سوال کل پوچھنا۔'' دوسرے دن اسے مقتل کی طرف لے جا رہے تھے تو شبلی کو دیکھ کر کہا۔ ''محبت کی ابتدا جلنا اور انتہا قتل ہو جانا ہے۔'' منصور نے اس رمز کو پالیا۔ ''اللہ کی ذات کے سوا ہر شے باطل ہے۔ ذات الٰہی ہی حق ہے۔ تو وہ اپنا نام تک بھول گیا۔ اس نے پوچھا۔ ''تمہارا نام کیا ہے'' تو جواب دیا۔ میں حق ہوں۔ (مکاشفۃ القلوب)

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 13 (ابن مذیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

مکہ میں مسلمانوں کے خلاف غضب و انتقام کے شعلے بھڑک رہے تھے تو دوسری طرف مدینہ سے یہ خبر موصول ہوئی کہ اہل مکہ قیدیوں کو آزاد کروا سکتے ہیں اور ہر قیدی کی آزادی کا فدیہ چار ہزار درہم ہے۔ لہٰذا ستر (۷۰) اسیروں کی رہائی کے لئے دو لاکھ اسی ہزار درہم ادا کرنے ہوں گے۔ مکہ کے بزرگوں نے کہا کہ ہمیں قیدیوں کا فدیہ ادا نہیں کرنا چاہیے کیونکہ مسلمان مالی طور پر بہت کم حیثیت ہیں۔ اگر انہیں فدیہ کے طور پر اتنی بھاری رقم موصول ہوگئی تو ان کی حالت سدھر جائے گی لہٰذا انہیں اپنے ہاتھوں سے اپنے دشمن کو مالی طور پر مستحکم نہیں کرنا چاہیے۔ لیکن جنگی قیدیوں کے اہل خاندان بمعہ ابوسفیان بزرگان قریش کے پاس پہنچے اور ان سے درخواست کی کہ ان لوگوں کو فدیہ ادا کرنے کی اجازت دی جائے تاکہ وہ اپنے عزیز و اقارب کو مسلمانوں کی قید سے رہائی دلا سکیں۔ لہٰذا قریش کے سرداروں نے بادل نخواستہ اسرائے جنگ کی آزادی کے لئے فدیہ ادا کرنے کی منظوری دے دی۔ جنگی قیدیوں میں ایک شخص ایسا بھی تھا جس کا نام تھا ''ابوالعاص'' یہ شخص حضرت محمد ﷺ کی مرحومہ زوجہ حضرت خدیجہؓ کا بھانجا تھا اور رسول اللہ ﷺ کی صاحبزادی کا شریک حیات بھی۔ دختر پیامبر ﷺ نے اپنے خاوند کی رہائی کے لئے تین ہزار درہم فراہم کر لیے لیکن وہ بقیہ ایک ہزار درہم مہیا نہ کر سکیں لہٰذا اس کے بدلے میں انہوں نے ہار کے دو ٹکڑے جن کی مالیت ایک ہزار درہم تھی، نقد کے ہمراہ مدینہ روانہ کر دیئے اور پیغام بھجوایا کہ ان کے عوض میرے شوہر کو آزاد کر دیا جائے۔ وہ ہار حضرت خدیجہؓ کا تھا آنحضور ﷺ اس کو دیکھ کر آبدیدہ ہو گئے اور صحابہؓ سے فرمایا کہ مناسب سمجھو تو یہ ہار واپس کر دو اور اس قیدی کو چھوڑ دو چنانچہ انکو رہا کر دیا گیا صرف اس وعدے پر کہ وہ مکہ پہنچ کر حضرت زینبؓ کو مدینہ بھیج دیں۔ جس کو حضرت ابوالعاصؓ نے پورا کیا بعد ازاں ایسے ہی حسن سلوک پر فتح مکہ سے قبل حضرت ابوالعاصؓ نے اسلام قبول کر لیا۔

اپنے کاموں کی بنیاد، محبت و آشتی پر رکھ، نہ کہ قہر و غضب پر (خلیفہ مامون الرشید)

محرم الحرام میں قرب الٰہی پانے کے طریقے

پہلی محرم الحرام کو جو یہ دعا پڑھے تو شیطان لعین سے محفوظ رہے اور سارا سال دو فرشتے اس کی حفاظت پر مقرر ہوں دعا یہ ہے:

اَللّٰھُمَّ اَنْتَ الْاَبَدِیُّ الْقَدِیْمُ وَھٰذِہٖ سَنَۃٌ جَدِیْدَۃٌ اَسْئَلُکَ فِیْھَا الْعِصْمَۃَ مِنَ الشَّیْطٰنِ وَاَوْلِیَاءِہٖ وَالْعَوْنَ عَلٰی ھٰذِہِ النَّفْسِ الْاَمَّارَۃِ بِالسُّوْءِ وَالْاِ شْتِغَالِ بِمَا یُقَرِّبُنِیْ اِلَیْکَ یَا کَرِیْمُ (نزہتہ المجالس)

چار رکعت نفل:۔ حضرت ابو ہریرہؓ سے مروی ہے کہ جس نے عاشورہ کے دن چار رکعت نماز اس طرح پڑھی کہ ہر رکعت میں ایک دفعہ سورۃ فاتحہ اور پچاس بار سورۃ اخلاص پڑھی، اللہ تعالیٰ نے اس کے پچاس برس گزشتہ کے اور پچاس برس آئندہ کے گناہ معاف فرمائے گا۔ جنت میں اس کے لیے نور کے ہزار محل تعمیر کرائے گا۔ ایک اور حدیث میں چار رکعتیں دو سلاموں کے ساتھ مذکور ہیں۔ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ، سورۃ ازال، سورۃ کافرون اور سورۃ اخلاص ایک ایک دفعہ اور نماز سے فراغت کے بعد ستر بار درود شریف پڑھنا مذکور ہے۔

حضرت شبلیؒ کا معمول: حضرت شبلیؒ ہر روز یکم محرم سے دس محرم تک چار رکعت نفل پڑھا کرتے تھے۔ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ ایک بار، سورۃ اخلاص پندرہ بار اور بعد سلام کے اس کا ثواب حضرت حسینؓ کی روح مبارک کے حضور پیش کرتے۔ تو ایک دن حضرت شبلیؒ نے خواب میں دیکھا کہ حضرت حسینؓ نے حضرت شبلیؒ کی طرف سے منہ پھیر لیا۔ حضرت شبلیؒ نے عرض کیا کہ آقا مجھ سے کیا خطا سرزد ہوئی؟ فرمایا خطا نہیں، ہماری آنکھیں تمہارے احسان سے شرمندہ ہیں۔ جب تک ہم قیامت میں اس کا بدلہ نہ دلوا لیں گے اس وقت تک ہم آنکھ ملانے کے قابل نہیں ہیں۔ اس نماز کے پڑھنے والے کی صاحبزادگان سید کونین ﷺ قیامت کے دن شفاعت فرمائیں گے (جواہر غیبی)

چھ رکعت نفل: جو کوئی چھ رکعت ایک ہی سلام سے نفل ادا کرے ہر رکعت میں بعد الحمد شریف کے چھ سورتیں پڑھے والشمس، القدر، الزلزال، سورۃ اخلاص، سورۃ فلق اور سورۃ الناس بعد نماز سجدہ میں جا کر سورۃ الکافرون پڑھے تو اللہ تعالیٰ سے جو حاجت طلب کرے گا پوری ہوگی۔

نوافل کا اجر: جو کوئی عاشورہ کے روز چار رکعت نماز پڑھے کہ ہر رکعت میں بعد الحمد شریف کے گیارہ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ سلام کے بعد کثرت سے **سبوح قدوس ربنا و رب الملیکۃ والروح** پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے پچاس برس کے گناہ بخش دیتا ہے اور اس کے لیے ایک نورانی منبر بناتا ہے۔

نوافل برائے روشنی قبر: عاشورہ کی رات دو رکعت نفل قبر کی روشنی کے واسطے پڑھے جاتے ہیں جن کی ترکیب یہ ہے کہ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد تین تین دفعہ سورۃ اخلاص پڑھے جو آدمی اس رات میں یہ نماز پڑھے گا تو اللہ تبارک وتعالیٰ قیامت تک اس کی قبر روشن رکھے گا۔

حضرت خواجہ غریب نوازؒ کا فرمان: ایک اور نماز جو حضرت خواجہ غریب نواز رحمتہ اللہ تعالیٰ علیہ کے اوراد میں لکھی ہوئی ہے وہ بھی دو رکعت ہیں اور ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ یسین ایک ایک بار پڑھے۔

چھ رکعت نوافل کا اجر: ایک اور روایت میں چھ رکعتیں آئی ہیں۔ ان کی ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ قل ھو اللہ احد پڑھے۔ اس نماز کے پڑھنے والے کو اللہ کریم بہشت میں دو ہزار محل عطا فرمائے گا۔ اور ہر محل میں ہزار دروازے یاقوت کے ہوں گے اور ہر دروازہ پر ایک تخت ہوگا۔ اس تخت پر ایک حور بیٹھی ہوگی اور اس کے علاوہ چھ ہزار بلائیں اس نمازی سے دور کی جاتی ہیں اور چھ ہزار نیکیاں اس کے نامہ اعمال میں لکھی جاتی ہیں۔

دو رکعت نماز نوافل: یکم محرم الحرام کے دن دو رکعت نماز نفل اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد تین مرتبہ قل ھو اللہ احد پڑھے۔ سلام کے بعد ہاتھ اٹھا کر یہ دعا پڑھے۔

اَللّٰھُمَّ اَنْتَ اللّٰہُ الْاَ بَدُ الْقَدِیْمُ ھٰذِہٖ سَنَۃٌ جَدِیْدَۃٌ اَسْئَلُکَ فِیْھَا الْعِصْمَۃَ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ وَالْاَمَانَ مِنَ السُّلْطَانِ الْجَابِرِ وَمِنْ شَرِّ کُلِّ ذِیْ شَرٍّ وَّ مِنَ الْبَلَا وَالْاٰفَاتِ وَ اَسْئَلُکَ الْعَوْنَ وَالْعَدْلَ عَلٰی ھٰذِہِ النَّفْسِ الْاَمَّارَۃِ بِالسُّوْءِ وَالْاِشْتِغَالِ بِمَا یُقَرِّبُنِیْ اِلَیْکَ یَا بَرُّ یَا رَءُوْفُ یَا رَحِیْمُ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ ۔

جو شخص اس نماز کو پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کے اوپر دو فرشتے مقرر کر دیگا تاکہ وہ اس کے کاروبار میں اس کی مدد کریں اور شیطان لعین کہتا ہے کہ افسوس! میں اس شخص سے تمام سال ناامید ہوا۔

سو رکعت نوافل: شب عاشورہ میں 100 رکعت نوافل اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نوافل مکمل کرنے کے بعد اطمینان سے بیٹھ کر 70 مرتبہ استغفار پڑھے۔ اس کا اجر بے حساب ہے۔

ایام عاشورہ کے نفلی روزے: عاشورہ کے نفلی روزوں کے بارے میں حضور ﷺ کی احادیث مندرجہ ذیل ہیں۔ حضرت ابو ہریرہؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا، رمضان کے بعد دوسرے فضیلت والے روزے ماہ محرم کے ہیں۔ اور فرض نمازوں کے بعد افضل ترین عبادت رات کے وقت کی ہے۔ (مسلم)

موتیا کا نبوی علاج

(مرسلہ: افتخار احمد قریشی۔۔۔ پکی ٹھٹی لاہور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم: کسی دوست کے ذریعہ سے ماہنامہ عبقری ملا اس کو پڑھ کر بڑی خوشی ہوئی۔ ایک مجرب ٹوٹکہ پیش خدمت ہے۔ امید ہے۔ ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کو پسند آئے گا۔ عمدہ قسم کا کافور باریک کر کے آدھی چھٹانک زیتون کے تیل میں ملائیں اور ڈراپر کے ذریعے دو دو قطرے آنکھوں میں ڈالیں۔ انشاء اللہ موتیا اور آنکھ درد میں فائدہ ہوگا۔ جس نے موتیا کا آپریشن کرایا ہو وہ نہ ڈالے اور نہ وہ ڈالے جس کا کالا موتیا پک چکا ہو ان دونوں صورتوں میں فائدہ نہ ہوگا۔

جس طرح بادلوں کی چھاؤں ہے اسی طرح انسان کی زندگی آنی فانی ہے (حضرت وارث شاہ)

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

مصیبت سے بال بال بچ گئے

(عاشق حسین ...... پہاڑ پور)

میں نے اپنے آپ کو بھیک مانگتے پایا ہے۔ لیکن خواب میں جب بھیک مانگ رہا تھا میری حالت فقیروں والی نہیں تھی۔ ویسے میں اس بات کا ذکر کر دوں کہ میرے مالی حالات اچھے ہیں۔ مجھے دو جگہوں سے صرف دو روپے ملے۔ وہ میں لیکر دکان دار کے پاس گیا۔ اور میوہ خریدنا چاہا۔ اس نے میوہ دیا لیکن دو روپے سے زیادہ کا تھا۔ میں اس سے کہتا ہوں کہ بھئی مجھے زیادہ کی ضرورت نہیں ہے۔ صرف دو روپے کا دو اور پھر میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر:۔ آپ کا یہ خواب بہت خطرناک ہے اور آپ کو فوری رجوع الی اللہ کی ضرورت ہے۔ کیونکہ آپ کا کسی خطرناک آزمائش میں مبتلا ہونے کا شدید اندیشہ ہے۔ اس کے علاوہ آپ کی دینی حالت کے فساد کا اشارہ ہے اور آپ میں دنیا طلبی کا مرض بہت زیادہ ہے۔ آپ کو اپنی اصلاح کی فکر کرنی چاہئے۔

شاندار مستقبل

(نسرین محمود ...... ایبٹ آباد)

ایک خواب میں دیکھا کہ دلہن بنی ہوئی ہوں اور اس لڑکے کے ماں باپ میرے ساتھ بیٹھے ہوئے ہیں اور میرے اوپر افشاں کی بارش ہو رہی ہے۔

ایک خواب میں نے دیکھا میری جیسے اپنے کزن سے شادی ہوگئی ہے اور میں شادی کے بعد بہت پریشان ہوں۔ میں جیسے کہتی ہوں کہ میں یہاں سے طلاق کے بعد اسی مذکورہ لڑکے کی بیوی بن جاؤں گی (اب اس کزن کی شادی ہوگئی ہے)

ایک رات خواب میں دیکھا کہ میں دلہن بنی ہوئی ہوں اور اسی مذکورہ لڑکے کی ماں بہنیں مجھے گودی میں بٹھا کر لے جا رہی ہیں۔ ساتھ میں وہی لڑکا بھی ہے۔

تعبیر:۔ آپ کے ان تینوں خوابوں میں اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کا مستقبل روشن اور شاندار ہوگا اور آپ کو ایک محبت و عزت کرنے والا شوہر اور سسرال ملے گا۔ اب خواہ وہی لڑکا ہو جس کی آپ منتظر ہیں یا کوئی اور ہو۔ اس لڑکے کا خواب میں آنے کا مطلب یہ ہے کہ وہ بھی ایک اچھے شوہر ثابت ہوگا اور اس کے والدین بہن بھائی آپ سے محبت کرنے والے ہونگے مگر اس کا یہ ہرگز مطلب نہیں کہ اس کے علاوہ کوئی بھی رشتہ آپ کے لئے موزوں نہیں کیونکہ یہ ممکن ہے کہ ایک لڑکی کے لئے بہت سے اچھے رشتے آئیں مگر انتخاب تو ایک ہی کا کیا جاتا ہے۔ اس لئے آپ کسی اچھے اور موزوں رشتے سے ہرگز انکار نہ کریں اور استخارہ کر کے فیصلہ کرلیں۔ عمر کا قیمتی حصہ ہرگز ضائع نہ کریں۔

خواب غفلت

(محمد اشرف۔۔۔چونیاں)

کچھ مہینے پہلے خواب دیکھا کہ میں خواب میں سو رہا تھا کہ ایک ہاتھ صرف نظر آیا جس نے مجھے کندھے سے پکڑ کر اٹھایا اور کہا اشرف اٹھو کب تک دنیا میں غفلت کی نیند سوتے رہو گے۔ کچھ آگے کی بھی سوچو۔ اس کے بعد میں ان کے ساتھ چلا جاتا ہوں۔ وہ ہاتھ مجھے مقامی قبرستان میں لے گیا اور ایک قبر کھول کر کہا دیکھو انسان کی آخرت کیا ہے۔ میں نے اس قبر میں چند انسانی ہڈیاں دیکھیں اور ان سے کہا کہ بس یہ انسان کی آخرت یہی دکھانا چاہتے تھے۔

تعبیر:۔ آپ کا خواب بالکل ظاہر ہے کہ آپ خواب غفلت سے بیدار ہو کر اپنے کریم مالک اور خالق کی نعمتوں کا شکر بجالاؤ اور اس کے کامل اور اکمل دین کے سامنے سر تسلیم خم کر دو ورنہ نتائج نہایت بھیانک آسکتے ہیں۔

کوئی حقیقت نہیں

(زینب۔۔۔سمندری)

سوتے ہوئے مجھے یوں محسوس ہوا کہ میرے پورے جسم سے جان نکل چکی ہے۔ میں اپنے خواب میں مر نہیں گئی تھی بلکہ زندہ تھی اور اٹھنے کی کوشش کر رہی تھی۔ مجھے یوں لگ رہا تھا جیسے میرا جسم ساکت ہو گیا ہو اور مجھے عجیب سا شور بھی سنائی دے رہا تھا کہ جیسے یہ میرا آخری وقت ہو۔ میں نے اپنے پورے خواب میں اٹھنے کی کوشش کی اور آخر کار میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر:۔ آپ کے خواب کی کوئی حقیقت نہیں ہے بلکہ پریشان کن کیفیات کی مثالی شکل ہے۔ سورہ بقرہ کی تلاوت کیا کریں۔ فقط واللہ اعلم۔

خیر والی دولت

(ریاض الحسن۔۔۔لکھوڑی منڈی)

خواب:۔ میں دیکھتا ہوں کہ میں بہت امیر آدمی بن گیا ہوں اور کبھی دیکھتا ہوں کہ میرے پاس کھانے کو روٹی تک نہیں ہے اور پہننے کو کپڑے نہیں۔ میرا کوئی دوست نہیں ہے میں بہت اکیلا ہوں سب مجھے چھوڑ گئے ہیں میں بہت دکھی ہو جاتا ہوں؟

تعبیر:۔ اچھا خواب ہے آپ کو خیر و عافیت کے ساتھ مال و دولت عطا کی جائے گی اور یہ دولت آپ کو خدا سے غافل نہیں کرے گی بلکہ اس کی بدولت آپ اللہ کا قرب حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے یا دولت مند بننے کے باوجود آپ غریب غرباء اور بے کس و بے سہارا لوگوں کو نہیں بھولیں گے بلکہ ان کی مدد اور سہارے کا باعث ہوں گے! اللہ آپ کا حامی و ناصر ہو۔

عبادت میں اخلاص پیدا کریں

(شازیہ مشتاق۔۔۔ملتان)

خواب:۔ میں اپنے پہلے والے گھر جہاں ہم پہلے رہا کرتے تھے، وہاں اوپری منزل پر سیڑھیوں میں بیٹھی ہوں۔ رات کا وقت ہے مجھے بتایا جاتا ہے کہ میں یہیں سیڑھیوں ہی میں بیٹھ کر انتظار کروں ابھی کوئی بزرگ آئیں گے اور اگر انہوں نے مجھے بازوؤں سے پکڑ کر اٹھایا تو میں جنتی ہو جاؤں گی اور اگر انہوں نے مجھے چٹیا سے پکڑ کر اٹھایا تو میں جہنمی ہوں جاؤں گی۔ انہوں نے مجھے چٹیا سے پکڑ کر اٹھایا اور اپنے ساتھ لے جاتے ہیں۔

تعبیر:۔ اللہ آپ کی عمر دراز کرے اور عافیت رکھے۔ آپ اپنی عبادات میں اخلاص پیدا کریں اور دنیا کی محبت سے منہ موڑ لیں۔ انشاء اللہ روحانی ترقی نصیب ہوگی اور قبر و حشر کے عذاب سے محفوظ رہیں گی۔ آپ روزانہ سورۂ ملک کی تلاوت کیا کریں۔ واللہ علم

اعتقاد سالم نہ ہو تو عبادت بھی بے کار ہے (حضرت معروف کرخیؒ)

خراٹے روکنے کی ورزشیں

بقول ایسی ایک بیوی کے، ۲۷ سال تک اپنے شوہر کے خراٹے سننے کے بعد میں تنگ آ کر طلاق لینے کا فیصلہ کر چکی تھی، لیکن بھلا ہو ان ورزشوں کا جنہوں نے طلاق کا خطرہ ٹال دیا۔ (مرسلہ: قمر اسلام، نواب شاہ)

کہتے ہیں کہ ایک مال دار بنیے کی نیند چوروں کے ڈر نے اڑا رکھی تھی۔ اس نے پریشانی دوسرے بنیے سے بیان کی تو اس نے مشورہ دیا کہ وہ خراٹے لینے کی مشق اس طرح کرے کہ خراٹوں کی آواز ''کون ہے'' سنائی دے۔ اس طرح اس آواز کو سن کر چور دور ہی بھاگ جائیں گے۔ بنیا اپنی اس کوشش میں کامیاب ہو گیا اور عرصے تک چوروں سے محفوظ بھی رہا۔

بنیئے کی سی مشق بہم پہنچانا تو ممکن نہیں، لیکن یہ بات اپنی جگہ طے ہے کہ جس کمرے میں خراٹے لینے والا موجود ہو، کوئی اور سو نہیں سکتا۔ یوں چوکیداری کا سامان خود فراہم ہو جاتا ہے۔ خراٹے گہری نیند کی علامت سمجھے جاتے ہیں۔ تھکن زیادہ ہو تو خراٹے بھی بہت گہرے اور تیز ہوتے ہیں بلکہ بعض کی آوازیں خوفناک بھی ہوتی ہیں۔ ان خراٹوں سے ہمارے ہاں تو صرف چور بھگائے جا سکتے ہیں، مغربی ملکوں میں بیویاں شوہروں کو چھوڑ بھاگتی ہیں۔ ان ملکوں کی عدالتوں میں خراٹوں کی ستائی بیویاں ہر سال طلاق لینے کے لیے رجوع ہوتی ہیں۔ ایک بیویاں ہی نہیں، خراٹوں سے بے شمار لوگ پناہ مانگتے ہیں اور ظاہر ہے کہ وہ ایسے افراد سے دور رہ کر ہی سکون اور چین کی نیند سو سکتی ہیں۔

مغربی ملکوں میں خاص طور پر فلیٹس کی دیواریں عام طور پر لکڑی کی ہوتی ہیں۔ یہ اگر ساؤنڈ پروف نہ ہوں تو پڑوسیوں کی نیندیں حرام ہو جاتی ہیں۔ انسان فلیٹس میں رہنے سے پہلے بھی جب غاروں میں رہتا تھا، خراٹے لیتا تھا۔ صدیوں پرانی اس عادت کے بارے میں کچھ کرنے کے سلسلے میں ماہرین خود کو بے بس ہی پاتے ہیں، لیکن اب بعض برطانوی ماہرین کا دعویٰ ہے کہ وہ اس سلسلے میں خراٹے لینے والوں کو اس غارت گر نیند و سکون عادت سے نجات دلا سکتے ہیں۔ ان کے مطابق اس طرح کم از کم خراٹوں کا شور بہت کم ہو سکتا ہے۔ بس ہلکے خراٹوں کی خواب آور آواز سنائی دیتی ہے۔

طبی اعتبار سے خراٹوں کے کئی اسباب ہو سکتے ہیں مثلاً ناک سے حلق تک جانے والی نالی میں کوئی نقص یا رکاوٹ اس کا سبب ہو سکتی ہے۔ ناک میں زخم سے بھی بن جاتے ہیں اور سانس کی تکلیف بھی اس کا سبب بن سکتی ہے۔ اسے عام طور پر ناک کی ہڈی بڑھ جانے کا عارضہ قرار دیا جاتا ہے۔ ان شکایات کی وجہ سے سانس کی آمد و رفت آزادی کے ساتھ نہیں ہوتی۔ ناک میں مسے بن گئے ہوں تو انہیں عمل جراحی سے دور کیا جا سکتا ہے۔ سائی نس کا دواؤں سے علاج ہو سکتا ہے یا پھر اسے بھی نشتر سے دور کیا جا سکتا ہے۔ یہ سمجھنا غلط ہے کہ خراٹے صرف مرد لیتے ہیں۔ عورتیں بھی کسی سے پیچھے نہیں ہوتی۔ خراٹوں کا ایک عام سبب گلے سے نکلنے والی خرخراہٹ ہوتی ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ دراصل نیند میں خراٹے لینے والے شخص کی زبان اور جبڑا ڈھیلا پڑ کر پیچھے کی طرف ہو جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے تالو یا گلے کا کوا سانس کی آمد و رفت سے پھڑ پھڑا کر آواز پیدا کرتا ہے۔ اس لیے ماہرین نے کچھ ورزشیں وضع کی ہیں۔ جنہیں روزانہ دو ہفتوں تک سوتے وقت کرتے رہنے سے خراٹے ختم ہو جاتے ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ خراٹے لینے والا سونے کے لیے بستر میں لیٹ کر اپنی زبان کو الٹے چمچے یا ایسی ہی کسی چیز سے دس منٹ تک دبائے رکھے۔ اس عمل سے کوئی پانچ منٹ بعد جبڑے تھک جائیں گے لیکن اس عمل کو جاری رکھنا چاہیے۔ دس منٹ کی اس مشق کے بعد انگلیوں سے ٹھوڑی دو تین منٹ تک زور سے دبائے رکھنا چاہیے۔ گویا آپ کی انگلیاں، ٹھوڑی سے اور ٹھوڑی، انگلیوں سے زور کر رہی ہو۔ اس کے بعد منہ بند کر کے زبان سے نچلے دانتوں کو باہر کی طرف دھکیلنا چاہیے۔ یہ عمل تین چار منٹ کر کے سو جانا چاہیے۔ زیر تجربہ ڈھائی سو سے زائد افراد کی بیویوں میں سے اکثر نے دو ہفتوں کے بعد اپنے شوہروں کے خراٹوں میں نمایاں کمی کی رپورٹ دی۔ بلکہ اکثریت نے خراٹوں کے مکمل خاتمے کا اعتراف کیا۔ باقی نے انہیں قابلِ برداشت قرار دیا۔ بہر نوع ان سے حلق اور زبان کے عضلات میں ڈھیلے پن کی شکایت کم ضرور ہو جاتی ہے۔ جسے اصطلاحاً عضلاتی استرخا قرار دیا جاتا ہے۔ یہ ورزشیں بیویوں کو شوہروں سے بھاگنے سے روک سکتی ہیں۔ بقول ایسی ایک بیوی کے، ۲۷ سال تک اپنے شوہر کے خراٹے سننے کے بعد میں تنگ آ کر طلاق لینے کا فیصلہ کر چکی تھی، لیکن بھلا ہو ان ورزشوں کو جنہوں نے طلاق کا خطرہ ٹال دیا۔

(بقیہ: جیب تراشی کے انوکھے چشم دید واقعات)

ریلوے اسٹیشن پر یا بس وغیرہ میں واردات کرتے ہیں۔ جہاں بھیڑ زیادہ ہوتی ہے۔ واردات کرنے والے اکثر یہ بھی کرتے ہیں کہ کسی کی جیب تراشی کی اور پکڑے جانے پر اس نے دوسرے ہاتھ میں پہلے سے موجود کچھ رقم اور کاغذ شکار کو پکڑا دیئے اور خود اصل رقم کے ساتھ غائب ہو گیا اور شکار کچھ رقم اور کاغذ گنتا اور دیکھتا رہ گیا۔ یہ لوگ شکار کے ساتھ بس وغیرہ میں سوار ہو جاتے ہیں۔ پہلے کوشش ہوتی ہے کہ بس میں سوار ہوتے وقت کام کر جائیں۔ اگر کامیاب ہو گیا تو ٹھیک ورنہ بس میں سوار ہو کر اس کے ساتھ بیٹھ جاتے ہیں یا کھڑے رہ ہو جاتے ہیں اور وقت ملنے پر کام دکھا جاتے ہیں۔ اس طرح سینما ہال یا درباروں پر ہوتا ہے۔ دربار پر دعا مانگتے وقت یہ کام دکھا جاتے ہیں۔ ریلوے اسٹیشن پر ٹکٹ خریدتے وقت یا ٹرین میں سوار ہوتے وقت یہ کام کر جاتے ہیں۔ کسی بھی جگہ کوئی موقع ملے تو موقع ہاتھ سے جانے نہیں دیتے۔

سزا:۔ جیب تراش بہت کم موقع پر پکڑے جاتے ہیں اگر موقع پر پکڑے بھی جائیں تو چونکہ مدعی کی رقم وغیرہ مل جاتی ہے۔ اس لیے وہ پولیس اور عدالتوں کے چکروں سے بچنے کے لیے کارروائی نہیں کرتے۔ اگر کوئی کارروائی کرتا بھی ہے تو چونکہ رقم کی ملکیت کا اس کے پاس ثبوت نہیں ہوتا اس لیے عدالت ملزم کو بری کر دیتی ہے۔ اس لیے جیب تراش سزا سے بچ جاتا ہے۔ ماسوائے اس صورت کے کہ ملزم خود عدالت میں اقبال جرم کرے۔ علاوہ ازیں گواہان بھی عدالت میں متضاد بیانی کرتے ہیں جس کا فائدہ ملزم کو پہنچتا ہے اور وہ سزا سے بچ جاتا ہے۔

احتیاط:۔ کبھی بھی سفر میں، دربار پر جاتے وقت یا پبلک پلیس وغیرہ میں تمام رقم ایک جگہ اکٹھی نہ رکھی جائے۔ بلکہ کم از کم تین مختلف محفوظ جگہوں میں رکھنی چاہیے تاکہ ایک جگہ سے کٹ جانے کی صورت میں باقی رقم سے استفادہ کر سکے۔ اس کے لیے شلوار کا نیفہ، سلوکے کی اندرونی جیب یا بنیان میں جیب لگوا کر اس میں رقم رکھی جائے۔ اگر چادر پہنی ہو تو چادر کی ڈب میں لپیٹ کر اوپر سے کسی دھاگے سے باندھی جائے یا تھیلی جس میں رقم ڈال کر کمر سے باندھی جائے۔ اور رقم والا حصہ سامنے کی طرف ہو۔

معاونت:۔ جیب تراش ہر جگہ پائے جاتے ہیں۔ یہ گنتی کے چند لوگ ہوتے ہیں۔ ان کو یا تو پولیس مقامی کی معاونت حاصل ہوتی ہے۔ یا کسی بااثر شخص کی، جو پکڑے جانے پر ان کو پولیس سے چھڑا سکے یا مدعی کے ساتھ مل کر معاملہ رفع دفع کر دیتے ہیں۔ اور خواہ پولیس ہو یا مقامی باحیثیت شخصیت، جیب تراش سے روزانہ بھتہ وصول کرتے ہیں۔

آخر میں دعا ہے اللہ تعالیٰ ان جیب تراشوں سے ہر انسان کو بچائے رکھے۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

عبقری کے قارئین! آپ بھی حکیم صاحب کی ایک کتاب انعام میں پاسکتے ہیں عبقری کے لیے شاندار اور جاندار تحریر بھجوائیں۔ ہاں تحریر عبقری کے معیار کی ہو۔ اول آنے والے کو یہ انعام ارسال کیا جائیگا۔ اپنا مکمل پتہ لکھنا نہ بھولیں

اللہ سے مانگ کر پریشانیاں بھگایئے

(ایم۔اے۔شاہد،تھرا تونسہ)

اس نسخے کو 40 یوم عمل میں لائیں انشاء اللہ تعالیٰ تمام پریشانیاں دور، وحشت و بدسکونی، سکون میں تبدیل ہوجائے گی۔ پانچ وقت نماز کی پابندی کریں۔ خشوع وخضوع اور اطمینان قلب سے دعا مانگیں۔ ضرور قبول ہوگی۔

ہمارے آقا ومولا حضرت محمد ﷺ کا ارشاد ہے۔ کہ جو شخص مصیبت وتختی میں مبتلا ہو اسے چاہیے کہ موذن کا منتظر رہے۔ جب وہ اللہ اکبر کہے تو یہ بھی اللہ اکبر کہے یعنی مکمل اذان کا جواب دے (حی علی الصلوۃ) اور (حی علی الفلاح) کے جواب میں (لاحولا ولا قوۃ الاباللہ) پڑھے۔ پھر یہ دعا مانگ کر اپنی حاجت وضرورت کی دعا مانگیں۔

اَللّٰھُمَّ رَبَّ ھٰذِہِ الدَّعْوَۃِ الصَّادِقَۃِ الْمُسْتَجَابِ لَھَا دَعْوَۃِ الْحَقِّ وَکَلِمَۃِ التَّقْوٰی اَحْیِنَا عَلَیْھَا وَاَمِتْنَا عَلَیْھَا وَابْعَثْنَا عَلَیْھَا وَاجْعَلْنَا مِنْ خِیَارِ اَھْلِھَا اَحْیَاءً وَّ اَمْوَاتًاo

ترجمہ:۔ اے اللہ اس سچی پکار کو قبول کرنے والے۔ حق کی دعوت کے رب، کلمہ حق کے رب اور تقویٰ کے رب۔ ہمیں اسی دعوت حق پر زندہ رکھ اور اسی پر موت عطا فرما۔ اور اسی دعوت پر ہمیں روز قیامت اٹھا۔ اور ہمیں زندہ و مردہ اس دعوت کے بہترین اہل میں سے بنا۔

اس کے بعد اپنی حاجت کی دعائیں مانگیں۔ اس عمل کے بعد عافیت کی یہ دعا مانگیں

اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ الْعَفْوَ وَالْعَافِیَۃَ فِی الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَۃِ ۔ (نوٹ:۔ اذان کا ادب کریں اور احترام سے اسکا جواب دیں) (المستدرک کتاب الدعا)

(1) پانی کی زبان

(بنت یوسف کاظمی، تلاش)

بستر مرگ پر لیٹے ہوئے میرے بابا نے میرے ہاتھ میں پانی کا کٹورا دیکھ کر کہا:۔ آؤ بیٹی!

آج میں تمہیں پانی کی کہانی سناؤں۔

’’شبنم‘‘ کی حیا سے بھرپور زندگی پر غور کرو...... ’’رات‘‘ جب کائنات کو اپنے ’’گھونگٹ‘‘ میں چھپالیتی ہے۔ اسوقت شبنم نئی نویلی دلہن کی مانند ’’حیا‘‘ میں سمٹی ہوئی بغیر کسی آہٹ کے زمین پر اترتی ہے تو پھولوں کی نوخیز پتیاں بڑھ کر اسے اپنے ’’دامن‘‘ پر سجالیتی ہیں۔ یہاں براجمان ہوکر یہ آبدار ’’موتیوں‘‘ کی صورت رات بھر جگمگاتی ہے۔

پھر ’’نسیم سحری‘‘ ان پتیوں کو جھولا جھلاتی ہے۔ اور اس طرح اس کی زندگی کی یہ سہانی مہکتی مختصر رات پھول کی پتیوں کی ’’سیج‘‘ پر جھولتے ہوئے ’’اختتام‘‘ کو پہنچ جاتی ہے۔ اور اس کے برعکس......

’’بارش کے پانی‘‘ کی زندگی پر غور کرو!

گرجتے، چمکتے سیاہ بادل اپنے دوش پر پانی کو اٹھائے نمودار ہوتے ہیں۔ ’’تند و تیز‘‘ چنگھاڑتی ہوائیں ’’قیامت‘‘ کا سماں باندھتی ہیں اور یہ بارش کا پانی ’’شوروشر‘‘ برپا کرتا ہوا برستا ہے۔ اور پھر ’’انجام کار‘‘ سارے شہر کا گرد وغبار کوڑا کرکٹ سر پر اٹھائے، نالوں کی گندگیوں کو سمیٹے دریا میں غرق ہوجاتا ہے۔

میری بیٹی! یہی مثال انسانوں پر لاگو کرکے دیکھو گی تو با آسانی سمجھ جاؤ گی کہ ’’حیا‘‘ اور ’’بے حیائی‘‘ میں کیا فرق ہے؟؟؟ یہ کہہ کر میرے بابا نے میری جانب دیکھا اور پوچھا!

بیٹی! یہ تمہاری آنکھوں میں آنسو کیوں! میں نے کہا:

’’بابا! یہ پانی کی زبان ہے۔‘‘

(2) فلسفۂ زندگی

اگر آپ زندگی کی گاڑی کامیابی سے چلانا چاہتے ہیں تو آپکو ’’دل کے ایکسلیٹر‘‘ پر قابو پانا پڑیگا۔

’’دماغ کے بریک‘‘ مضبوط رکھنے ہوں گے۔

’’غصے کی سپیڈ‘‘ کو کنٹرول کرنا پڑیگا۔

’’ظرف کے ٹائر‘‘ بڑے اور اعلیٰ قسم کے لگانا پڑینگے۔ تاکہ آپ کے ’’خیالات کے ٹیوب‘‘ پنکچر نہ ہونے پائیں۔

آپ کو ’’آنکھوں کی ہیڈ لائٹس‘‘ میں خلوص کی روشنی اور محبت کی چمک رکھنی پڑے گی اور اپنی ’’طبیعت کی ڈگی‘‘ وسیع رکھنی پڑے گی تاکہ سچے دوست زیادہ سے زیادہ سما سکیں۔ اور اپنی ’’زبان کے اسپیڈ میٹر‘‘ پر صحیح نشریات کی سوئی لگانا پڑے گی۔

’’ہاتھوں کے انڈیکیٹر‘‘ میں نیکی کا بلب لگانا پڑیگا۔

خصوصی نوٹ:۔ ان تمام چیزوں کے لیے ضروری ہے کہ آپکے پاس ’’خوش اخلاقی اور ایمان‘‘ کا لائیسنس ہو۔ تب کہیں آپ اس دنیا کے ’’روڈ‘‘ پر اپنی زندگی کی گاڑی کامیابی کے ساتھ چلا سکیں گے۔ وگرنہ...... ناکامی کے ’’چالان‘‘ آپ کا مقدر ہونگے۔

ایک بات کہوں......؟ تم یہ چاہتے ہو کہ تمہارا رعب و دبدبہ ہو ٹھیک ہے...... پھر خاموش ہوجاؤ......لیکن خاموشی کے پیچھے خزانہ چھپا ہونا چاہیے۔ پہاڑوں کی کتنی ہیبت ہے...... ہے وجہ؟ وہ خاموش ہیں۔ صحرا کا کتنا رعب ہے...... وجہ؟ خاموشی ہے۔ تم قبرستان سے ڈرتے ہو...... وہاں تو مردے ہیں، تمہیں کیا کہیں گے؟؟؟ کچھ نہیں! مگر خوف ہے...... کیونکہ وہاں خاموشی ہے۔

8 اکتوبر کا زلزلہ

عبدالصمد (نائب صوبیدار (R))

۸ اکتوبر ۲۰۰۵ء ملک پاکستان میں اور اکثریتاً شمالی علاقہ جات آزاد کشمیر اور بالائی صوبہ سرحد کے لیے ایک نحس دن کی شروعات لیکر آیا۔ دنیا جانتی ہے کہ ان خاص علاقوں میں کتنی شدید تباہی ہوئی انسانی، حیوانی جانیں ضائع ہوئیں۔ املاک تباہ و برباد ہوئیں۔ اس وقت ناگہانی میں کوئی مقدر والے بچے ہیں۔ میں راولپنڈی شہر میں سروس کرتا ہوں اور صبح کی نماز کی ادائیگی کے بعد مسجد سے گھر آیا۔ کچھ ذکر و تلاوت کی۔ میری چھٹی تھی۔ میں ذرا لیٹ گیا اور آنکھ لگ گئی۔ ساڑھے آٹھ بجے جاگ گیا کچھ دیر بعد رفع حاجت کے لیے گیا کہ اس کے بعد دوبارہ تازہ وضو کرکے دن کے دیگر معمولات کا آغاز کروں تو میں رفع حاجت کے لیے بیت الخلاء میں بیٹھا تھا۔ کچھ دیر بعد اتنی زور سے کمرہ ہلنے لگا کہ الامان والحفیظ۔ میں گھبرا گیا اور سمجھ آئی کہ یہ تو زلزلہ ہے۔ یکدم سوچ مجتمع کی اور بیٹھے بیٹھے ہی بیت الخلاء سے باہر نکلا تو کچھ دیر تک زلزلہ کے جھٹکے محسوس

کمینوں کے جواب کے واسطے حلم ایک لشکر ہے (خلیفہ مامون الرشید)

ہوتے رہے۔ بعد میں اللہ تعالیٰ جل شانہٗ کا شکر ادا کیا۔ کہ ایسی حالت میں تباہی نہ ہوئی اور موت سے بچا۔ ورنہ ایسی موت کتنی خطرناک اور عبرت ناک ہوتی کہ بندہ اپنے آپ کو بھی نہ سنبھال سکے۔ اور بے حجاب مرجائے یا زخمی ہوجائے۔ اللہ تعالیٰ اپنے حفظ وامان میں رکھے۔ یہ ہوتا ہے اپنے رب کو ہر حال میں یاد رکھنے پر اللہ کا کرم۔ بہر حال مجھ پر یہ کیفیت کافی عرصہ تقریباً 8-6 ماہ تک رہی کہ اس بیت الخلاء میں جاتا تو مجھے جھٹکے لگنے کا احساس رہتا رہا۔ اب شکر ہے بہتری ہے۔ اس لیے بیت الخلاء کیا بلکہ ہر جگہ اپنے مالک کو یاد رکھا جائے تو وہ بھی اپنے بندے کو امان میں رکھتا ہے۔

جڑی بوٹیاں اور ان کے فوائد

(روبینہ نازروبی۔فیصل آباد)

باتھو:۔ معدنی نمکیات، تانبا، آئرن اور وٹامن اے، بی، سی اس کے اجزاء ہیں۔ باتھو کو ساگ کی طرح پکا کر کھاتے ہیں۔ گردہ، مثانہ کے ہر مرض کے لیے مفید ہے۔ پتھری اور ریت کو خارج کرتا ہے۔ پیٹ کے کیڑوں کو ہلاک کر دیتا ہے۔ باتھو کے پتوں سے نچوڑا ہوا پانی تسکین پیاس ہے۔ مدر بول اور ورم حلق کو تحلیل کرتا ہے۔

چولائی:۔ یہ بھی ساگ کی ایک قسم ہے جسے زمانہ قدیم سے بطور غذا استعمال کیا جاتا ہے۔ وٹامن سی اور معدنی نمکیات اس کے اجزاء بتلائے جاتے ہیں۔ بواسیر کے مریضوں کے چولائی کا ساگ بے حد مفید بتایا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ گرمی، خشکی دور کرتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ کھانسی کے لیے اکسیر ہے۔ چولائی کا ساگ پتھری جیسے مرض میں بھی مفید ہے۔ بلکہ پتھری کو توڑ دیتا ہے۔

مکو:۔ مکو کے پتوں کو اگر اچھی طرح کوٹ کر سوجی ہوئی جگہ پر ان کا لیپ کیا جائے تو سوجن دور ہوجاتی ہے۔ مکو، ابال کر اس کے پانی کا استعمال کرنے سے مستورات کے ورم رحم تحلیل ہوتے ہیں۔ اگر پیٹ میں کسی طرح پانی پڑ جانے کی وجہ سے درد ہو تو مکو کا استعمال درد سے نجات دلاتا ہے۔ فاسفورس، کیلشیم، آئرن، وٹامن اے، ای، سی اور ایچ اس کے اجزاء ہیں۔

لہسوڑا:۔ پکے ہوئے لہسوڑے پھلوں کی مانند استعمال ہوتے ہیں۔ خشک لہسوڑے بطور دوا اور کچے لہسوڑوں کا اچار ڈالا جاتا ہے۔ سینہ کی درد، سوزش، بول، ورم حلق، دمہ کھانسی اور پیشاب کی رکاوٹ کے لیے مفید ہے۔ بلغمی اور خارجی مواد خارج کرتا ہے۔

سونف:۔ سونف اور بڑی ہریڑ کا چھلکا ہم وزن باریک پیس کر کپڑے میں چھان کر تین تین ماشہ صبح، شام استعمال کرنے سے مثانہ کی کمزوری دور ہوجاتی ہے۔ اڑھائی تولہ سونف اور چار تولہ گرم مصالحہ کو تین پاؤ پانی میں اچھی طرح جوش دیکر گرم گرم پلائیں۔ ایسا دو چار بار کرنے سے حیض کھل کر آجائے گا۔

بنفشہ:۔ بنفشہ کا شربت قبض کشا ہے۔ حاملہ کے لیے مفید ہے۔ بنفشہ کا جوشاندہ، نزلہ و زکام کو اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ ایک تولہ بنفشہ پانی میں ابال لیں۔ مل چھان کر نیم گرم دن میں دو بار پلائیں زکام فوراً دور ہوجائے گا۔

اسم اعظم

(بنت طارق۔۔۔گوجرانوالہ)

اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں ارشاد فرماتے ہے۔ ترجمہ ''اور اللہ کے اچھے اچھے نام ہیں پس ان کے ساتھ اس کو پکارا کرو'' (سورہ الاعراف رکوع ۲۲)

بلاشبہ اللہ تعالیٰ کے بہت سے صفاتی نام ہیں اور یہ سب نام بہت ہی اچھے ہیں اور بہت ہی برکت والے، فضیلت والے ہیں۔ بڑے ہی مقدس اور بزرگ نام ہیں۔ ان میں بے شمار فوائد مضمر ہیں۔ مگر چونکہ اللہ تعالیٰ کے اسمائے الحسنیٰ میں ہی اسم اعظم مضمر ہے۔ جو نہایت جلیل القدر اور پرعظمت ہے۔ اللہ تعالیٰ کا سب سے بڑا نام ہے اور جو فوائد و برکات اسم اعظم میں مذکور ہیں۔ وہ کسی دوسرے اسم پاک میں نہیں۔ یعنی اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم میں سب سے زیادہ فوائد پنہاں ہیں۔ اور اس کے وسیلہ سے بے شمار مصائب و مشکلات سے نجات حاصل ہوتی ہے۔ اسم اعظم کے بارے میں حضرت امام جعفر صادقؒ اور حضرت جنید بغدادیؒ ارشاد فرماتے ہیں۔ کہ ''دعا کرتے وقت جب بندہ اس قدر دعا میں منہمک ہوجائے کہ اس وقت سوائے اللہ تعالیٰ کے کسی اور کا اسے خیال نہ ہو تو اللہ تعالیٰ کے کسی بھی اسم پاک سے دعا کرے، قبول ہوگی اور وہی اس کے لیے اسم اعظم ہے۔'' اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں فرماتا ہے کہ ترجمہ'' آپ فرمادیجئے کہ چاہے اللہ کہہ کر پکارو یا رحمٰن کہہ کر پکارو۔ جس نام سے بھی پکاروگے (وہی پرتاثیر ہے) کیونکہ اس کے لیے بہت اچھے اسماء مبارکہ ہیں۔'' (سورۃ بنی اسرائیل)

ہردم اللہ اللہ کر نور سے اپنا سینہ بھر
جئے تو اس کا ہوکر جی مرے تو اس کا ہوکر مر

زہریلے جانور کے کاٹے کا علاج بذریعہ قرآنی آیت

(ڈاکٹر بشریٰ پرویز۔۔بہاولپور)

بھڑ، شہد کی مکھی، مکوڑا یا کوئی زہریلا کیڑا وغیرہ کاٹ لے تو کاٹی ہوئی جگہ پر فوراً درد، خارش اور سرخی شروع ہوجاتی ہے اور بعض دفعہ انسان بے ہوش ہوجاتا ہے یا پورے جسم پر چھپا کی نکل آتی ہے۔ مندرجہ بالا دعا ہماری آزمودہ ہے اور اسے بہت ہی مؤثر پایا ہے۔ قرآن مجید فرقان حمید کی ہر آیت ہر لفظ حکمت سے بھرپور ہے۔ اور ہم نے جس مریض پر بھی دم کیا ہے۔ اللہ تعالیٰ کے فضل سے وہ مریض منٹوں میں اچھا ہو گیا۔ اس آیت کو جب تک درد کم نہ ہوجائے متواتر پڑھ کر دم کرتے رہیں انشاء اللہ جلد ہی درد کم ہوجائے گا۔ اور مریض کی تکلیف کم ہوجائے گی۔ اگر ضرورت پڑے تو پھر دم کریں زیادہ سوجن اور درد ہو تو وقفے وقفے سے دن میں 5 سے 6 بار دم کریں وہ آیت یہ ہے وَاِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِيْنَ ○ (سورۃ شعراء آیت نمبر 130) اول آخر درود شریف پڑھیں اور تھوڑا سا منہ کا لعاب دم کر کے کاٹی ہوئی جگہ پر لگا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ آرام محسوس ہوگا۔

شادی کے لیے ایک مفید عمل

(مرسلہ: پیر اکرام چشتی صاحب۔۔۔حیدرآباد)

اس مقصد کے حصول کے لیے یہ عمل بہت مفید ہے۔ صرف ماہ رمضان کی مقررتاریخ میں کیا جاتا ہے۔ جن لوگوں تک یہ عمل پہنچے وہ اپنے دوسرے ضرورتمند بھائیوں تک پہنچائے۔ وہ عمل یہ ہے صرف ماہِ رمضان کی گیارہویں اور بارہویں روزے کی درمیانی شب میں بعد نماز عشاء 2/2 رکعت کر کے 12 نفل اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 12 بار سورۂ اخلاص پڑھیں۔ 12 نفل پورے ہوجائیں تو 100 مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں۔ اور اس کا ثواب حضور نبی کریم ﷺ کو ہدیہ کرانکے وسیلے سے اللہ پاک کے حضور گڑگڑا کر عاجزی اور انکساری کے ساتھ کم از کم 15 منٹ تک اپنے لیے یا اپنی بیٹی یا بہن کے لیے اچھے رشتہ کے لیے دعا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اگلے رمضان سے پہلے مراد پوری ہوگی۔

اللہ کے نافرمان کا انجام بہت خوفناک ہے (حافظ شیرازیؒ)

آئیں مل کر دعا کریں

اسم اعظم کے ذکر کی روحانی محفل
اسم اعظم سے روحانی وجسمانی مشکلات کا یقینی علاج

جیسا کہ قارئین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس' مسنون ذکر خاص' مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد وخواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درود شریف' سورۃ فاتحہ' سورۃ الم نشرح' سورۃ اخلاص آیت کریمہ، اسم الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین وحضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصراً اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے اس دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک محفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

بیماری اور غربت سے نجات

(محمد رضا شاہ۔۔۔اسماعیل خیل علاقہ چراٹ)

السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکتہ!

جناب عالی بندہ کو نزلہ، زکام، بخار اور سارا جسم ہر وقت درد وتکلیف میں مبتلا رہتا ہے۔ معدہ (نظام انہضام) ہر وقت خراب رہتا ہے۔ میں ابھی تک غربت وافلاس کی وجہ سے غیر شادی شدہ ہوں۔ تقریباً دو ماہ قبل میرا نکاح ہوا ہے۔ لیکن روز بروز مرضوں، مصیبتوں نے ہمیں آن گھیرا ہے۔ پتہ نہیں شادی کب ہوگی؟ آپ سے استدعا ہے کہ میرے لیے خصوصی دعا کریں۔ آمین۔

گھریلو نا اتفاقی

ناصر علی۔۔۔آزاد کشمیر

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

ہمارا مسئلہ یہ ہے کہ جب ہم تمام بہن بھائی گھر میں کسی موقع پر جمع ہوتے ہیں تو پیار ومحبت کے ساتھ وقت گزارنے کی بجائے چھوٹی چھوٹی باتوں پر ہم آپس میں دست وگریباں ہو جاتے ہیں۔ لوگ ہم پر ہنستے ہیں۔ پتہ نہیں ہم پر کسی نے جادو، تعویز گنڈہ وغیرہ کیا ہوا ہے۔ حکیم صاحب ہم زندگی سے تنگ آگئے ہیں برائے کرم ہمارے لیے منگل کے درس میں خصوصی دعا کریں اللہ تعالیٰ ہی آپ کو اس کا اجر عظیم عطا فرمائے۔ آمین ثم آمین۔

والدین مختلف بیماریوں میں مبتلا ہیں

(نورین۔۔۔نواب شاہ)

سلام مسنون!

کے بعد گزارش ہے کہ میرے تین بھائی اور دو بہنیں ہیں۔ ایک بھائی اور دو بہنیں شادی شدہ ہیں۔ والدین مختلف بیماریوں میں مبتلا ہیں اور غریبی کی وجہ مستقل علاج نہیں کروا سکتے۔ والد صاحب 70 سال کی عمر میں بھی کام کرتے ہیں۔ آپ سے استدعا کرتی ہوں کہ ہمارے لئے خاص دعائیں کریں تاکہ ہمارے یہ مسائل اللہ تعالیٰ ہم سے ہٹالے۔

بہن کے رشتے کے لیے

اشتیاق احمد۔۔۔راولپنڈی

السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ!

کے بعد عرض ہے کہ مسئلہ میری بہنوں کا ہے۔ بھابھی انکی دشمن بنی ہوئی ہے۔ گھر گھر جا کر انکی برائیاں کرتی ہے۔ میں اپنی بہنوں کی شادی کے بارے میں ہر وقت پریشان رہتا ہوں۔ میری آپ سے دردمندانہ التجا ہے کہ آپ اور آپ کے تمام احباب میری بہنوں کے اچھے رشتوں کے لیے منگل کے دن دعا کریں۔ آمین۔

گردے کا مرض

علی انور۔۔۔حاجی فقیر محمد روڈ کوئٹہ

حکیم محمد طارق محمود عبقری السلام علیکم!

عرض گزار ہوں کہ میرا بھتیجا محمد رمیز خان عمر نو سال، ڈھائی سال کی عمر سے گردے کے عارضے میں مبتلا ہے۔ پیشاب سے پروٹین کا اخراج ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے بدن پر ورم آجاتا ہے۔ ڈاکٹری علاج متواتر جاری ہے، تا حال افاقہ نہیں ہوا۔ رمیز خان کے لیے منگل کے درس میں خصوصی دعا کریں اللہ تعالیٰ شفائے عطا فرمائے آمین۔

قرضہ سے خلاصی کے لیے

غلام مرتضیٰ۔۔۔سکھر

جناب حکم صاحب السلام علیکم!

''دو انمول خزانہ کو میں مستقل مزاجی کے ساتھ پڑھ رہا ہوں۔ مقررہ تاریخ تک پڑھنے کے بعد بھی قرضہ سے خلاصی نہیں ہوئی۔ آپ سے دردمندانہ اپیل کرتا ہوں کہ میرے قرضہ سے خلاصی کے لیے منگل کے دن خصوصی دعا کریں اور اس کے ساتھ میرے والدین اور بہن بھائیوں کو بھی اپنی دعاؤں میں شریک رکھیں۔

بہن کے رشتے کے لیے

محمد ایوب۔۔۔ڈھکوٹ

محترم حکیم صاحب السلام علیکم:۔

بندہ ایک سکول ٹیچر ہے اور ایم۔اے اسلامیات ہے۔ بندہ انتہائی مشکل کا شکار ہے۔ اتنا زیادہ کہ اب موت انتہائی قریب دکھائی دیتی ہے صرف آخری امید پر لکھ رہا ہوں کہ شاید کوئی اللہ کا نیک، خدا ترس بندہ ہو جو مجھے بچالے۔ شاید اللہ تعالیٰ کسی کے ذریعے میری مدد فرمادیں۔ شاید آپ مدد کر سکیں تاکہ قیامت کے دن میں یہ کہہ سکوں کہ خدایا تیرا ایک نیک بندہ بڑا خدا ترسی کا دعویٰ کرتا تھا۔ میں نے ساری دنیا کے ساتھ اس سے بھی فریاد کی تھی۔ خدا کے لیے میرے منگل کے درس میں خصوصی دعا کریں۔ اللہ میری مشکل اور پریشانی کو حل کردے اور میں گناہ سے بچ سکوں۔ آمین

تنگدستی سے دوری کے لیے

فتح محمد۔۔۔راولپنڈی

مکرمی حکیم صاحب اسلام علیکم!

فدوی آپ کے ماہنامہ عبقری کا مستقل قاری ہے۔ اس سے پہلے میں نے آپ کی خدمت میں عرض کیا تھا کہ میں ایک نہایت غریب آدمی ہوں، ایک چھوٹا سا کھوکھا ہے۔ میں ہر نماز میں اللہ تعالیٰ سے اپنے لیے عرض کرتا ہوں۔ آپ سے استدعا ہے کہ میرے لے خاص دعا کریں کہ میری تنگدستی دور ہوجائے۔ اور اللہ تعالیٰ آپ کو دشمنوں کے شر سے بچائے تاکہ آپ اسی طرح لوگوں کی خدمت کرتے رہیں۔ آمین۔

بیماری سے دوری کے لیے

طارق محمود بٹ۔۔۔بھمبر آزاد کشمیر

محترم حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب السلام علیکم!

کے بعد عرض ہے کہ میرا بڑا بیٹا آرمی میں سلیکٹ ہوا لیکن ہیپاٹائٹس (B) کی وجہ سے نہ جاسکا۔ چیک کرانے پر پتہ چلا کہ دوسرے تینوں بیٹوں کو بھی یہ مسئلہ ہے۔ بڑے بیٹے کا مختلف جگہوں سے علاج کرایا۔ اب چھوٹے تینوں بچوں کا ALT لیول زیادہ ہوگیا ہے۔ رنگ کالا سیاہ ہے۔ میری آپ سے دردمندانہ اپیل ہے کہ میرے لیے منگل کے درس میں دعا کریں کہ اللہ ہمارے گھر سے بیماری کو دور کردے۔ اور ہمیں نیک اعمال کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

قوموں کا دفاع بے شمار اسلحی قوت اور بے پناہ افرادی طاقت سے نہیں بلکہ جذبہ ایمانی سے ہوتا ہے (محمد ایوب خان)

فصلوں کو بچانے کے قدرتی فارمولے

انہوں نے دیکھا کہ ژالہ باری سے پورا علاقہ برباد ہوگیا ہے۔لیکن حیرت انگیز طور پرعین اس آفت زدہ علاقے کے اندر کچھ کھیت بالکل سلامت ہیں اور انہیں معمولی سا بھی گزند نہیں پہنچا

تحریر: ڈاکٹر عبدالغنی فاروق

چوہدری نذیر احمد ملتان کے حلقوں میں نمایاں حیثیت کے حامل تھے۔ وہ ملتان کی ایک مشہور تعلیمی درس گاہ کے نگران تھے۔ انہوں نے 1935ء میں گورنمنٹ کالج لاہور سے ریاضی میں ایم اے کیا۔ وہ ایک استاد کی حیثیت سے محکمہ تعلیم سے منسلک ہونا چاہتے تھے۔لیکن ان کے والد محکمہ مال میں گرداور تھے اور ان کی خواہش تھی کہ ان کا بیٹا تحصیل دار بنے۔ اس لیے والد کے اصرار پر چوہدری نذیر احمد نے متعلقہ امتحان دیا اور نائب تحصیل دار بن گئے۔

یہ بات مجھے چوہدری صاحب کے پرانے دوست غلام محمد بھٹی مرحوم نے سنائی۔ انہوں نے بتایا کہ چودھری صاحب ضلع حصار کی تحصیل فتح آباد میں نائب تحصیل دار تھے۔ جب ایک مرتبہ وہاں شدید ترین ژالہ باری ہوئی اور ایک علاقے کی ساری فصلیں تباہ و برباد ہوگئیں۔ چودھری صاحب محکمہ مال کے ایک افسر کی حیثیت سے ''خرابہ'' لکھنے کے لیے اپنے عملے کیساتھ وہاں دورے پر تشریف لے گئے۔ انہوں نے دیکھا کہ ژالہ باری سے پورا علاقہ برباد ہوگیا ہے لیکن حیرت انگیز طور پر عین اس آفت زدہ علاقے کے اندر کچھ کھیت بالکل سلامت ہیں اور انہیں معمولی سا بھی گزند نہیں پہنچا۔

ظاہر ہے یہ منظر بڑا ہی پراسرار اور حیران کن تھا۔ پتہ چلا کہ یہ کھیت ایک مسلمان زمیندار کے ہیں۔ دورے سے فارغ ہو کر چودھری صاحب خود اس زمیندار کے پاس تشریف لے گئے اور معلوم کیا کہ اس کا کیا خاص عمل ہے کہ مکمل تباہ شدہ علاقے کے اندر اس کے کھیتوں کو معمولی سا نقصان نہیں پہنچا۔

اس زمیندار نے بتایا کہ جب میری کوئی بھی فصل تیار ہوتی ہے تو میں اپنے گاؤں کے غرباء و مساکین کو بلالیتا ہوں اور باقاعدہ وزن کر کے اناج اور بھوسے کا دسواں حصہ ان کے حوالے کر دیتا ہوں اور اپنا حصہ بعد میں گھر لے جاتا ہوں۔ ''لیکن میں اسی پر اکتفا نہیں کرتا''۔ اس زمیندار نے بتایا ''یہ تو شرعی طور پر میرا فرض ہے، میں اس حوالے سے کسی پر احسان نہیں کرتا۔ یہ نہیں کروں گا تو گناہگار بنوں گا۔ اس کے بعد خاص عمل میں یہ کرتا ہوں کہ اپنے ذرائع سے میں جائزہ لیتا رہتا ہوں کہ گاؤں میں کسی غریب کے گھر سے، کسی بیوہ عورت کے گھر سے گندم یا غلہ ختم تو نہیں ہوگیا۔ وہ ضرورت مند تو نہیں ہے اور جس کے بارے میں مجھے ایسی خبر مل جائے بغیر اس کی طلب کے، از خود اس کے گھر میں غلہ پہنچا دیتا ہوں...... یہ ہے میرا خاص عمل۔ جس کی وجہ سے میرے کھیت اللہ کی ناراضگی سے مکمل طور پر محفوظ رہے ہیں۔''

میں نے یہ واقعہ ایک محفل میں سنایا تو وزیر آباد کے معروف تاجر شیخ محمد انور صاحب نے بتایا کہ اسی قسم کا ایک واقع ہمارے قریبی قصبے سوہدرہ میں بھی رونما ہو چکا ہے۔ وہاں ایک مرتبہ کیڑے نے چاول کی ساری فصل تباہ کر دی تھی مگر میاں عبدالخالق کے پچاس ایکڑ پر مشتمل سارے کھیت مکمل محفوظ رہے تھے اور انہیں معمولی سا نقصان نہیں پہنچا تھا۔ اور اس کا سبب بھی یہ تھا کہ میاں صاحب بہت عبادت گزار اور خدا ترس انسان تھے۔ غرباء و مساکین کا خاص خیال رکھتے اور انہیں بھوکا ننگا نہیں دیکھ سکتے تھے۔ سوہدرہ میں میرے عزیز رہتے ہیں۔ مجھے وہاں ایک شادی میں شرکت کرنے کا اتفاق ہوا۔ پنڈال میں بہت سے لوگ بیٹھے ہوئے تھے۔ میں نے یہ بات چھیڑ دی اور حاضرین سے اس کی تصدیق چاہی تو سب لوگوں نے اس واقعے کی صداقت کی گواہی دی۔ انہوں نے بتایا کہ میاں عبدالخالق تو انتقال کر چکے ہیں مگر ان کے بھائی میاں عبدالرشید اسی محفل میں موجود ہیں...... میاں عبدالرشید صاحب سے ملاقات ہوئی تو انہوں نے ایک اور عجیب واقعہ سنایا۔ بتایا کہ مئی کا مہینہ تھا۔ تھریشر لگا ہوا تھا اور گندم نکل رہی تھی کہ اچانک شمال کی جانب سے گہرے کالے بادل امنڈ کر آئے اور ٹھنڈی ہوا چلنے لگی۔ یہ اس بات کی علامت تھی کہ اب بارش لازماً ہوگی (سوہدرہ وزیر آباد کے قریب دریائے چناب کے قریب مشہور تاریخی قصبہ ہے۔ کسی زمانے میں اس پورے علاقے میں بارشیں کثرت سے ہوا کرتی تھیں)۔

میاں عبدالخالق تھریشر کے قریب ہی موجود تھے۔ انہوں نے گہرے کالے بادلوں کا یہ منظر دیکھا تو فوراً وضو کیا اور بے اختیار سجدے میں گر گئے اور اس وقت سر اٹھایا جب بادل ہوا کے ساتھ تحلیل ہو کر غائب ہوگئے تھے۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

☆ مجھے عرصہ دراز سے کمر کا درد ہے اٹھتے بیٹھتے بہت مشکل ہوتی ہے۔ کام بالکل نہیں ہوتا۔ پاؤں کے بل نہیں بیٹھ سکتی۔ سوتے وقت اور جھکتے وقت درد زیادہ ہوتا ہے۔ بہت علاج، مالش، انجکشن، فزیوتھراپی اور گولیاں لیں لیکن نفع نہ ہوا۔ کوئی روحانی ٹوٹکہ یا جسمانی دوائی سے علاج بتائیں یا قارئین کوئی آزمودہ ترکیب یا وظیفہ بتائیں۔ (شاہدہ نور۔۔۔لودھراں)

☆ میں امتحان میں کامیابی چاہتا ہوں۔ کوشش، محنت بھی کرتا ہوں۔ کوئی غلط عادت یا وقت ضائع کرنے کا مزاج بھی نہیں۔ حالانکہ اس سے قبل میں بہت اچھی پوزیشن لیتا تھا لیکن نامعلوم کیا ہوا کہ میری حیثیت ختم ہوگئی اور بار بار ناکام ہو رہا ہوں۔ کوئی ہمدرد، ماہنامہ عبقری کا قاری مجھے کوئی ترکیب، تدبیر یا وظیفہ ضرور بتائیں۔ (سلمان وسیم۔۔۔ٹیکسلا)

☆ مجھے کوئی مخلص ایسا روحانی عمل یا ٹوٹکہ یا وظیفہ بتائیں کہ اگر میں خواب میں کوئی مرحوم عزیز دیکھنا چاہوں تو دیکھ سکوں اس کے علاوہ کوئی چوری یا گمشدہ کو خواب میں دیکھنا چاہوں۔ امید ہے قارئین ضرور توجہ فرمائیں گے۔

(اعجاز احمد چدھڑ۔۔۔شداد پور)

☆ ابھی سردی خوب زوردار ہے موسم میں سرد ہوائیں چل رہی ہیں۔ میرے ساتھ ایک انوکھا معاملہ ہوتا ہے کہ مجھے اس سردی میں لاکھ کوشش کے باوجود نیند نہیں آتی۔ حالانکہ خوب بند کمرے میں سوتا ہوں۔ سر باندھ اور ڈھانک کر لیکن میرے لیے سردی کا موسم ایک وبال بن جاتا ہے۔ میں کیا کروں روحانی یا طبی علاج بتائیں۔ (سلیم کاشف۔۔۔اسلام آباد)

خاموشی

منہ پانی کے نل کی مانند ہے اور دماغ پانی کی ٹینکی کی طرح۔ اگر منہ کھلا رکھو گے تو دماغ کی ٹینکی خالی ہوجائے گی۔

(مرسلہ: عباس علی۔۔۔سیدوالہ ضلع ننکانہ)

ترقی کا راز لگاتار عمل اور تکرار عمل میں پوشیدہ ہے (علامہ عنایت اللہ مشرقی)

(بقیہ: حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ)

شیخ حماد الدباس کی صحبت نے آتش عشق الٰہی کو خوب بھڑکایا۔ دن کو روزہ رکھتے اور شام کو دجلہ کے کنارے اُگنے والے سبزہ کو ندل کی پتیوں سے افطاری فرماتے۔ گیارہ برس یہ سلسلہ جاری رہا۔ ایک دن بغداد سے نکلے۔ سینکڑوں میل دور نواح شستر میں جا پہنچے۔ جو بغداد سے بارہ دن کی مسافت پر ہے۔ آپ اپنی حالت پر متعجب ہوئے۔ ایک عورت پاس سے گزرتے ہوئے کہہ گئی۔ ''عبدالقادر ہو کر تعجب کرتے ہو۔'' گیارہ برس کی ریاضت کے بعد کرخ کی خلوت گاہ کو چھوڑا اور حج بیت اللہ کے لیے نکل کھڑے ہوئے۔

بغداد کے لوگوں نے ایک اجنبی کو پایا جو طالب علم کی حیثیت سے ان کے شہر میں آیا اور آٹھ برس ایک اچھے طالب علم کی طرح گزارے۔ تیس برس کے بعد جب اس نے زبان کھولی تو فصحائے عرب گنگ ہو گئے۔ اس کے کلام کی تاثیر کو صرف فصاحت و بلاغت کی فسوں طرازی نہیں کہا جا سکتا۔ اس کی مجلس دلوں کے لیے مقناطیس تھی، گناہ گار آتے تو تائب ہو کر اٹھتے، غیر مسلم شریک ہوتے تو کلمہ پڑھ کر اٹھتے۔ وہ ایسے بیان کرتا۔ ''اس پر نظر رکھو جو تم پر نظر رکھتا ہے۔ اپنا ہاتھ اُسے دو جو تم کو گرنے سے سنبھال لے گا اور تم کو جہل کی تاریکیوں سے نکال لے گا۔ جو شیاطین، خواہشیں اور تمہارے جاہل دوستوں سے نجات دے گا۔ کہاں چلے تو اس خدا کو چھوڑ کر جو ہر چیز کا پیدا کرنے والا اور بنانے والا ہے۔ اول ہے، آخر ہے، ظاہر ہے، باطن ہے، دلوں کی محبت، روحوں کا اطمینان گرانیوں سے سبکدوشی، بخشش و احسان، ان سب کا رجوع اسی کی طرف ہے، اور اسی کی طرف سے اس کا صدور ہے۔''

ایک مجلس میں اسی توحید کے مضمون کو اس طرح بیان فرمایا'' ساری مخلوق عاجز ہے۔ نہ کوئی تجھ کو نفع پہنچا سکتا ہے، نہ نقصان۔ بس حق تعالیٰ اس کو اس کے ہاتھوں کرا دیتا ہے۔ جو کچھ تیرے لیے مفید ہے یا مضر ہے، اس کے متعلق اللہ کے علم میں قلم چل چکا ہے۔ اس کے خلاف نہیں ہو سکتا۔''

معبود ان باطل کی تشریح کرتے ہوئے فرماتے ہیں'' آج تو اعتماد کر رہا ہے اپنے نفس پر، مخلوق پر، اپنے دیناروں پر، اپنے درہموں پر، اپنی خرید و فروخت پر، اپنے شہر کے حاکم پر، ہر چیز کہ جس پر تو اعتماد کرے وہ تیرا معبود ہے اور ہر وہ شخص جس سے تو خوف کرے یا توقع رکھے، وہ تیرا معبود ہے اور ہر وہ شخص جس پر نفع و نقصان کے متعلق تیری نظر پڑے اور تو یوں سمجھے کہ حق تعالیٰ ہی اس کا جاری کرنے والا ہے۔ تو وہ تیرا معبود ہے۔

ایک حدیث نبوی ﷺ (بے شک دنیا تمہارے لیے پیدا کی گئی (یعنی تمہاری لونڈی ہے) اور تم آخرت کے لیے پیدا کیے گئے ہو) کی تفسیر کرتے ہوئے فرمایا'' دنیا میں سے اپنا مقسوم اس طرح مت کھا کہ وہ بیٹھی ہوئی ہو اور تو کھڑا ہو، بلکہ اس کو اس طرح کھا کہ تو بیٹھا ہوا ہو اور وہ طباق اپنے سر پر رکھے ہوئے کھڑی ہو۔ دنیا خدمت کرتی ہے اس کی جو حق تعالیٰ کے دروازے پر کھڑا ہوتا ہے اور جو دنیا کے دروازے پر کھڑا ہوا ہوتا ہے اس کو ذلیل کرتی ہے۔ حق تعالیٰ کے ساتھ عزت و تونگری کے قدم پر یہ شخصیت چالیس برس تک ان کے درمیان اس انداز میں رہی اور دس ربیع الثانی ۵۶۱ھ کو عالم بقا کی طرف روانہ ہو گئی۔

(بقیہ: ترشادہ پھل کینسر کے مرض کو روکتا ہے)

اور اس کو جام جیلی میں جمنے کے عمل میں ڈالا جاتا ہے اور یہ سٹرس فروٹ میں کافی مقدار میں پایا جاتا ہے یعنی کینو، گریپ فروٹ، مالٹے، کنو، سنگترے اور انجیر میں اس کی کافی مقدار پائی جاتی ہے۔ ایسی تحقیق پہلے بھی ہو چکی ہے جس میں پیکٹین کو کینسر کے روکنے کے عمل میں مفید پایا گیا ہے۔ پہلے کے ماہرین نے اپنے تجربات سے ثابت کیا ہے کہ پیکٹین کولیسٹرول کے لیول کو کم کرتا ہے۔ اور خون میں شوگر کی مقدار کو اعتدال میں رکھتا ہے اور پیکٹین ہی وہ کیمیائی مرکب ہے جو کہ امراض سے دور رکھنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ بھاموں پنیل جس کا تعلق ٹیکساس یونیورسٹی کے سٹرس سینٹر سے ہے۔ وہ اور اس کے ساتھیوں نے سٹرس کی چار مختلف اشکال میں استعمال کر کے اور خاص مالیکیولر ٹارگٹ کو سامنے رکھتے ہوئی تجربات کیے۔

صحت مند خلیے ایک دوسرے سے گہرا رابطہ رکھتے ہیں اور وہ اپنی نشوونما کو ایک خاص درجہ پر قائم رکھتے ہیں اور جب ایک خلیے کا دوسرے خلیے سے رابطہ ٹوٹ جاتا ہے تو ایک دوسرے کے پیغامات ایک دوسرے میں گڈمڈ ہو جاتے ہیں اور انکے تعلقات خراب ہو جاتے ہیں۔ جس سے خلیوں میں غیر ضروری نشوونما پر کنٹرول ختم ہو جاتا ہے۔ جس میں غیر فطرتی دائیں بائیں خلیوں کا بڑھاؤ ظاہر ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ جو کہ آخر میں رسولی کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ ویلس میکی ہان جس کا تعلق انسٹیٹیوٹ آف بائیوسائنسز اینڈ ٹیکنالوجی سے ہے اور ہیلتھ سائنس سنٹر یونیورسٹی میں، اس کے ممبر بھی ہیں۔ انہوں نے اپنے تجربات سے واضح بھی کیا ہے کہ کچھ کیمیائی مرکبات ایسے بھی ہیں جو ان خلیوں کو بہتری کی طرف کے جانے کی کوشش کرتے ہیں اور ان کے درمیان رابطے کو قائم کرتے ہیں اور خلیے کے غیر فطری بڑھاؤ کو روکتے ہیں۔ ٹیکساس میں سائنسدانوں کے ایک گروپ نے لیبارٹری میں تجربات کیے ہیں کہ سٹرس پیکٹین خلیوں کے درمیان رابطہ قائم کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے اس کیمیائی مرکب کی خلیوں میں موجودگی خلیوں کو کینسر میں بدلنے سے روکتی ہے۔ جس سے کینسر کا عمل رک جاتا ہے۔ پنیل کے خیال کے مطابق یہ تحقیق ابتدائی مراحل میں ہے اور تحقیق میں اس مفید کیمیائی مرکب کا پتا چلا ہے۔ ایک دفعہ اس کا پتہ چل جائے تو سٹرس فروٹ میں اس کی مقدار مختلف طریقوں سے بڑھانے کا عمل شروع کیا جائے گا۔ اس مرکب کے بڑھ جانے سے اس کو پھل میں سے زیادہ مقدار میں حاصل کیا جا سکے گا۔ اور دوسری غذائی چیزوں میں اسکو شامل کر کے مفید نتائج حاصل کیے جا سکتے ہیں۔ سب سے بہتر ہے کہ پورے پھل کو کھایا جائے کیونکہ پیکٹن پھل کے سوٹ میں اور اس کی چھلی میں پایا جاتا ہے۔ تجربات کی رو سے سب سے زیادہ فائدہ مند کڑوا سٹرس فروٹ ہوتا ہے۔ اور ان میں سب سے زیادہ، لیموں میں یہ چیز پائی گئی ہے۔ لہٰذا صبح کے ناشتے میں انڈا، پوڈنگ پیز سے پرہیز کر کے صحت مند ترشادہ (سٹرس) پھل کو اپنی غذا میں شامل کرنا چاہیے۔

(بقیہ: باتیں عجیب نسخے لاجواب)

پانی یا دودھ کے ہمراہ نہار منہ 2 ماہ بلاناغہ۔ اللہ عزوجل کرم فرمائیں گے۔ اور وہ بزرگ مزید بتانے لگے کہ میرا تجربہ ہے کہ اگر 2 ماہ کے بعد روزانہ ایک دن کا وقفہ کیے بغیر سورۃ بقرہ ایک دفعہ پڑھیں اور دعا کریں تو انشاء اللہ شرطیہ بیٹا پیدا ہوگا۔ (یہ 7 دن پڑھنا ہے) اردو بازار لاہور کے ایک محسن کو بتایا، سورۃ بقرہ کا عمل کیا تو بیٹا پیدا ہوا۔ پھر یہی عمل کیا بیٹا پیدا ہوا، پھر عمل نہیں کیا، بیٹی پیدا ہوئی۔ اس بزرگ نے مزید بتایا کہ اگر کسی کی شادی نہ ہوئی ہو تو چاند کی پہلی، دوسری اور تیسری تاریخ کو یعنی پہلے تین دن سورہ بقرہ مکمل پڑھے اور دعا کرے ہر ماہ 3 دن اسطرح پڑھے 5 یا 6 ماہ تک پڑھے انشاء اللہ شادی ہو جائے گی۔ قارئین یہ تمام اعمال اور نسخہ جات بارہا کے آزمودہ ہیں۔

ایک اور تجربہ پیش قارئین ہے کیونکہ میرا زیادہ تر پڑھنے اور لکھنے کا کام ہے اور اللہ عزوجل کے فضل و احسان سے 100 سے زیادہ کتابوں پر کام کر چکا ہوں اور دنیا کی کئی زبانوں میں ترجمے ہو چکے ہیں۔ تو میں پڑھتے لکھتے تھک جاتا ہوں اور پھر جب بھی سورۃ بقرہ کا آخری رکوع پڑھ لیتا ہوں تو تمام تھکان اتر جاتی ہے۔

(بقیہ: آپ کی صحت اور ماہ جنوری)

اخروٹ۔ قوت باہ کو زیادہ کرتا ہے۔ نیز مقوی دماغ ہے۔

پستہ۔ دل، دماغ اور معدہ کو قوت دیتا ہے۔ حافظہ تیز کرتا ہے۔ خفقان، قے اور متلی نیز کھانسی کو دور کرتا ہے۔ جسم کو فربہ کرتا ہے۔ علاوہ ازیں چھوہارا، منقی، کشمش، خوبانی اور ناریل بھی اس موسم میں مفید ثابت ہوتے ہیں۔

(بقیہ: اولیاء کے دشمن کا انجام)

میں مغرب تک ان کے ساتھ چلتا رہا۔ جب ہم بغداد کے قریب پہنچے تو انہوں نے مجھ سے پوچھا کہ تمہارا محلہ کونسا ہے؟ میں نے بتایا تو بشر نے مجھے کہا جاؤ اور واپس نہیں آنا۔ بس اس کے بعد میں نے توبہ کر لی اور صوفیوں کے ساتھ مصاحبت اختیار کر لی اور اب تک اسی طرح ہوں۔

(بقیہ: غور سے سنیں گاجر کے بے شمار فائدے)

(۳۰) دل کے امراض اور خفقان کیلئے گاجر کو بھوبھل میں دبا کر نرم کیا جائے۔ اور پھر اسے چیر کر رات کو شبنم میں رکھ دیں اور صبح کو روح کیوڑہ اور چینی ملا کر کھائی جائے۔ بے حد مفید ہے۔

احتیاط:۔

گاجر دیر ہضم ہے۔ پیٹ میں درد پیدا کرتی ہے۔ اسے ہمیشہ چینی نمک اور گرم مصالحہ لگا کر کھانا چاہیے۔ اسے مناسب مقدار میں ہی کھانا چاہیے۔ گاجر اور مولی وہ سبزیاں ہیں جسے کھانے سے پہلے دھو لینا چاہیے اور خشک کر کے کھانی چاہیے ورنہ یہ کھانسی پیدا کر سکتی ہیں۔ مقدار سے زیادہ کھانے سے یہ پیٹ میں ہوا پیدا کرتی ہے۔

(بقیہ: کیا عورت جن کی نظر حق ہے؟) کی تاثیر نظر لگانے والے کی طرف سے، دیکھنے پر ہی موقوف نہیں بلکہ کبھی نظر لگانے والا نابینا بھی ہوتا ہے، اس کے لیے چیز کا وصف بیان کیا جاتا ہے، تو اس کی سانسیں (یا غیر مرئی لہریں) اس میں اثر انداز ہو جاتی ہیں، اگر چہ اس کو نہ دیکھا ہو۔ بلکہ زیادہ تر نظر لگانے میں بغیر دیکھے چیز کے بیان سے ہی اثر انداز ہوتے ہیں۔ ابن قیمؒ ہی فرماتے ہیں: نظر اصل میں کسی چیز کا نظر لگانے والے کو پسند آنے کی وجہ سے لگتی ہے۔ پھر اس کا نفس اس کا پیچھا کرتا ہے۔ پھر نظر لگی چیز کی طرف اس کا دیکھنا اس کے زہر کو سرایت کرنے میں مدد کرتا ہے اور کبھی بغیر کسی اچھے یا برے ارادہ کے نظر لگ جاتی ہے۔ گویا یہ نوع انسانی کی بہت بڑی خرابی ہے۔

(بحوالہ ''کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' مشکلات، لاعلاج بیماریاں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں)

اپنے دل کا غم اپنے دل میں رکھو لوگ سنیں گے تو ہنسی اڑائیں گے اور غم کوئی نہ جانے گا (عبدالرحیم خانخاناں)

مایوس اور لاعلاج مریضوں کے لیے آزمودہ اور پرتاثیر دوائیں

مریضوں کے لیے اہم اطلاع:۔

تمام کورس کچھ عرصہ یا مستقل شفایابی تک استعمال کریں۔

صرف پوشیدہ امراض میں مبتلا بہنوں کے نام

(پوشیدہ کورس): شرم وحیا آخر کار گھر اجاڑ کر ویران کر دیتی ہے (کیونکہ مرد توجہ نہیں کرتے) خواتین کی اُن بیماریوں کے لئے جن کا اظہار شرم وحجاب کا باعث بنتا ہے اور اندر اندر خواتین اپنا آپ گھلائے جاتی ہیں وہ صرف لیکوریا ہے۔ ایام کی کمی، زیادتی، بوجھ پڑنا، کمر میں درد، کولہے میں درد اور کھچاؤ، اندرونی ورم حتیٰ کہ پرانی سے پرانی لیکوریا کا خاتمہ یقینی طور پر ان ادویات کے مستقل استعمال سے ممکن ہے۔ کتنی خواتین ایسی ہیں کہ ان کے ایام خراب اور لیکوریا اس حد تک تھا کہ ایک نماز سے دوسری نماز پڑھنا ممکن نہ تھا کہ کپڑے ناپاک رہتے ہیں۔ کمر اتنی درد کرتی ہے کہ گھر کے کام مشکل حتیٰ کہ ناممکن ہوتے ہیں۔ اس حالت میں غصہ، چڑچڑاپن، بے ترتیب زندگی شروع ہو جاتی ہے۔ حتیٰ کہ پورا جسم پھوڑے کی طرح دکھتا چلا جاتا ہے۔ سالہا سال کی تحقیق نے ان بیماریوں کے خلاف ایک مؤثر تریاق تلاش کیا ہے جو بے شمار خواتین پر آزمایا گیا پھر کہیں اس کو عام استعمال کی اجازت دی ہے۔ اعتماد کی بات یہ ہے کہ ادویات میں کسی قسم کے زہریلے عنصر یا کیمیکل کے کسی جزء کو شامل نہیں کیا گیا۔ خاص قدرتی جڑی بوٹیوں کو استعمال کیا گیا ہے۔ جن کا کوئی سائیڈ افیکٹ نہیں ہے۔ حتیٰ کہ اس دوا سے خواتین کے نسوانی ابھار کی ہارمونز کی کمی بیشی اور جسم کا مسلسل کمزور ہونا لاغر ہونا خون کی کمی کے لئے نہایت آزمودہ ہے۔ ایسی خواتین جو موٹاپے کا شکار ہوں، وہ اعتماد سے استعمال کریں موٹاپا کم ہوگا بڑھے گا نہیں۔ __عورتیں اپنا مرض چھپا چھپا کر کھوکھلی ہو جاتی ہیں:__ یہ سب علامات صرف اس وقت پیدا ہوتی ہیں جب کوئی علاج کرا کرا کے تھک گیا ہو اس کے سامنے کوئی اور راستہ نہ رہے پھر صرف مایوسی ہی مایوسی اسکا مقدر بن جائے۔ بالکل اسی طرح کی ایک مایوس اور لاعلاج خاتون نے اپنی حالت بتانے کیلئے خط کا سہارا لیا کہ گھر میں ہر طرح فراوانی تھی کسی چیز کی کمی نہ تھی۔ مرغن غذائیں چاکلیٹ کولڈ ڈرنک تلی ہوئی چیزیں برگر وغیرہ ہمارا روز کا معمول تھا حتیٰ کہ دن رات کئی دن ایسی غذائیں کھاتے گزر گئیں۔ کچھ احساس نہ ہوتا تھا۔ آنکھ اس وقت کھلی جب شادی ہوئی اور پھر میں کیا بیان کروں کہ میاں کی نظر میں بے حیثیت ہوگئی کہ پوشیدہ اندرونی نظام بالکل ناقص ہو چکا تھا روتے سسکتے دن رات گزرتے گئے ہر شخص اس امید سے صبح کرتا کہ اس گھر میں کسی بچے کے رونے کی آوازیں بھی آئیں۔ لیکن مایوسی روز بروز بڑھتی گئی اور حمل کی امید سے ناامید پھر کیا ہوا گھر بھر کی نظریں بدل گئیں وہ عزت احترام اور محبت کے بول سب کچھ بدل کر انداز نفرت میں بدل گیا۔ میں __اندر اندر گھلتی چلی گئی:__ علاج کرائے ٹیسٹ ہزاروں روپے نکل گئے پھر علاج کرتے کرتے لاکھوں خرچ دیے چونکہ ایک مالدار گھرانے کی بہو تھی اس لئے رقم خرچ کرتے ہوئے محسوس نہ ہوا لیکن جب فائدہ نہ ہوا تو گھر میں روز روز کی لڑائی رہنے لگی خود میرے اندر بھی چڑچڑاپن پیدا ہو گیا قوت برداشت کم سے کم ہوتی چلی گئی۔ ایک دن شاید اتوار کا دن تھا میری بالکل معمولی بات سے میری ساس ناراض ہوگئی اور گھر میں جھگڑا کھڑا ہو گیا۔ میری ساس نے صاف کہہ دیا اب اس گھر میں میری بہو رہے گی یا میں رہوں گی بلکہ ساس صاحبہ نے اپنا بیگ اٹھا کر گھر سے نکلنے کا ارادہ کر لیا۔ __بدنصیب دن:__ بس میری قسمت کا وہ بدنصیب دن تھا کہ مجھے گھر سے نکال دیا گیا' کچھ اٹھانے بھی نہ دیا گیا۔ میں حیران پریشان اب کیا کروں۔ آخر کار گھر والوں کو فون کیا اور ایک پڑوسن کے گھر بیٹھ گئی بھائی آکر لے گئے کسی نے کہا جادو ہے کسی نے کہا جنات ہے کسی نے بندش بتائی۔ طرح طرح کی باتیں سننے میں آتیں کچھ رشتہ داروں نے الزام لگایا کہ اس کے تعلقات کسی اور مرد سے تھے اس لئے خود لڑ کر گھر چھوڑ کر آ گئی ہے۔ __خود کشی کروں یا ملک چھوڑ دوں!__ حکیم صاحب! میری ویران زندگی کی مختصر کہانی آپ نے پڑھ لی ہوگی اگر میرا علاج ہو جائے اور میرا خاوند مطمئن اور میری اولاد ہو جائے تو میرا اجڑا گھر بس جائے گا کچھ میرے لئے کریں۔ قارئین اس اجڑی اللہ کی بندی کو 5 ماہ مستقل پوشیدہ کورس استعمال کرایا آپ کو کیسے یقین دلائیں کہ اس بے رونق اور ویران خاتون کا گھر کیسے بسا پھر اس کی ساس نے اس کے ساتھ سلوک کیسے بدلا اور خوشیاں جو ڈھونڈنے سے نہیں ملتی تھیں۔ اس کے قریب کیسے آئیں یہ ایک علیحدہ خوشی کا خط اور کہانی ہے۔ آج وہ 3 بچوں کی ماں اور پھول جیسے بچے اس کے گھر کی رونق اور شادمانی ہیں۔ مکمل کورس ۳ ماہ سے لیکر ۵ ماہ کا ہے۔ دس دن کی دوائی حیرت انگیز رزلٹ دیتی ہے۔ جس کی پہلی خوراک جسم کو ایک سکون اور تندرستی کا پیغام دیتی ہے۔ اور مریض مطمئن ہوتا ہے۔ اور اس کی ناامیدی امید میں بدل جاتی ہے۔ مایوس اور غیر مطمئن خواتین جن کا ہر جگہ سے اعتبار اٹھ چکا ہو وہ خاص طور پر استعمال کریں۔ __نوٹ:__ پہلی خوراک ہی ایک امید اور اعتماد کی کرن لاتی ہے۔ کوئی سائیڈ افیکٹ نہیں۔ قیمت: -/500 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

طب نبویؐ ہیر آئل

بیوی شوہر کے سامنے بھی پردہ کرتی تھی مرد گھر میں سر ننگا نہیں کرتا تھا حیرت کی بات

یہ دونوں باتیں بالکل درست ہیں کیونکہ جب بالوں کا حسن ماند پڑ جائے سر کی کھیتی ویران ہو جائے اور سر گنجا اور بالکل ننگا ہو جائے تو پھر یہ بات کیسے درست نہ ہوگی۔ کہ بیوی شوہر کے سامنے بھی پردہ کرتی تھی اور مرد گھر میں سر ننگا نہیں کرتا تھا۔ موجودہ دور میں سر کے بالوں کا مسئلہ دراصل تیل نہ لگانا بلکہ اس کی جگہ کیمیکل لگانا جن میں مصنوعی خوشبو اور مصنوعی کیمیکل ملے ہوئے ہوتے ہیں۔ وہ سر کی جلد کو متورم اور متاثر کرتے ہیں۔ یوں بال اکھڑنا جھڑنا اور ٹوٹنا شروع ہو جاتے ہیں۔ ٹینشن مایوسی پریشانی اور گھریلو یا دفتری کاروباری مشکلات نے بھی بالوں کو بہت زیادہ متاثر کیا ہے۔ اور سر کا حسن آہستہ آہستہ جھڑنا شروع ہو گیا۔ پھر ظلم یہ کہ ان بالوں کو اگانے کیلئے مصنوعی اجزاء اور کیمیکل ملے ہوتے ہیں۔ عارضی خوشبو کا سہارا لیا گیا جن کے دل فریب اشتہار اور سائن بورڈ دیوانہ کر دیتے ہیں۔ ان تمام باتوں کو سامنے رکھتے ہوئے ہم پھر پندرہ صدیاں پیچھے لوٹے اور چوکھٹ نبویؐ کی تلاش میں مارے مارے پھرے حتیٰ کہ طب نبویؐ کے پھول چنے اور طب نبویؐ کی پرتاثیر ادویات سے استفادہ کیا تو حیرت کے عجیب وغریب دروازے کھلے۔ __قارئین!__ آپ حیران ہوں گے کہ سائنس کی اعلیٰ ترقی کے باوجود ہم پھر بھی طب نبویؐ کے محتاج ہیں آخر کیوں نہ ہوں کہ ازل سے ابد تک کے تمام مسائل کا حل ہے بھی طب نبویؐ میں۔ اور کسی چیز میں نہیں۔ ایک صاحب کو ٹائیفائیڈ ہوا علاج معالجہ خوب ہوا تندرست ہو گئے کچھ عرصے بعد محسوس ہوا کہ سر کے بال آہستہ آہستہ جھڑ رہے ہیں۔ صبح سو کر اٹھتے تو تکیہ بالوں سے بھرا ہوا ہوتا تھا۔ پہلے تو توجہ نہ کی لیکن جب مرض بڑھا تو ادھر ادھر مشورہ شروع کیا پھر کچھ شیمپو استعمال کئے۔ بدل بدل کر کئی شیمپو استعمال ہوئے لیکن فائدہ نہ ہوا پھر تیل اور بالوں کے مختلف ٹانک آزمائے فائدہ نہ ہوا اس طب نبویؐ سے استفادے کا مشورہ دیا اور طب نبویؐ ہیر آئل استعمال کرنے کا مشورہ دیا تو یقینی حل اور آزمودہ تاثیر نے انہیں متاثر کیا اور مریض تندرست ہو گیا۔ مریضہ بالکل تندرست ہوگئی اسی طرح ایک صاحب زلفیں بڑھانے کے متمنی تھے بال بڑھتے نہیں تھے۔ انہیں بھی تیل استعمال کرنے کا مشورہ دیا ناقابل یقین نفع ہوا۔ میرے خیال میں اس میں بوتل کی خوبصورتی ظاہری لیبل یا پرکشش خوشبو وغیرہ کا ہاتھ نہیں بلکہ اصل میں وہ طب نبویؐ کی جڑی بوٹیوں کا کمال ہے جس نے یہ فوائد انہیں دیے۔ ایک خاتون عرصہ دراز بیرون ملک میں رہیں شاید ٹینشن یا غذائی کمی یا پھر کوئی اور وجہ ان کے بال ٹوٹنے لگے اور گرنے لگے سر خشکی سے بھر گیا۔ ایک دفعہ کنگھی کرنے سے ڈھیروں بال ایسے جھڑتے جیسے خزاں میں پتے جھڑتے ہیں۔ کسی نے کہا کہ سر کے سارے بال منڈوا کر استرا پھرا دیں اور وہ نیک خاتون ایسا کرنے پر مجبور ہوگئی لیکن طب نبویؐ سے اس نے ایسا کرنے سے روک دیا اور الحمدللہ مریضہ بالکل تندرست ہوگئی۔ کچھ لوگ سر کے بالوں کے چھوٹا ہونے پر پریشان ہیں اور چاہتے ہیں کہ وہ بڑھ جائیں اور بال بڑے ہو جائیں انہیں جب تسلی سے استعمال کرایا تو بہت نفع ہوا حتیٰ کہ بالوں کی وجہ سے بعض گھرانوں کی شادی کا مسئلہ ہوا اور انہیں مختلف مسائل کا سامنا کرنا پڑا۔ انہیں یہ تیل نہایت مفید اور کارگر ہوا۔ قارئین! یہ تیل صرف مایوس اور ناامید لوگوں کیلئے' سر کی خشکی کیلئے' قبل از وقت بال سفید ہونے کیلئے' بال دوشاخے اور ٹوٹ رہے ہوں' سر میں مسلسل درد اور ٹینشن کی وجہ سے پریشانی' بال اتنے جھڑیں کہ سر گنجا ہو گیا ہو۔ سر چکرانے وغیرہ کیلئے بہت مفید ہے نگاہ تیز ہوتی ہے۔ طبیعت پرسکون ہوا اور راحت ہوتی ہے۔ اگر اس کا مسلسل استعمال کیا جائے تو فالج برین ہمریج اور ٹینشن سے مکمل نجات ہوتی ہے۔ حافظہ لاجواب' بھول جانے کا مرض ختم' بچوں کو اگر سر پر مسلسل لگایا جائے تو بچوں کی نگاہ طاقت ور اور بال ملائم اور بہترین ہوتے ہیں۔ بھولنے کی عادت ختم ہوتی ہے۔ __ایک لاجواب فائدہ:__ طب نبویؐ ہیر آئل جلدی بیماریوں اور الرجی کیلئے نہایت لاجواب ہے

تمہاری شادمانی دراصل تمہارا غم ہے جسے بے نقاب کر دیا گیا ہے۔ (خلیل جبران)

پھوڑے پھنسیوں خارش پرانی سے پرانی حتیٰ کہ گھر بھر اس میں مبتلا ہو داؤ ایگز یما اور الرجی وغیرہ کیلئے نہایت تجربہ شدہ ہے رات سوتے وقت پورے جسم پر لگائیں مرض زیادہ ہو تو صبح و شام لگائیں۔ **ترکیب استعمال:** سر کے بالوں میں ہلکا ہلکا انگلی سے مساج کریں روزانہ ایسا کریں طب نبویؐ ہیئر آئل کے سائیڈ ایفیکٹ نہیں چھوٹے بڑے سب استعمال کر سکتے ہیں۔ قیمت: -/300 روپے علاوہ ڈاک خرچ

طب نبویؐ انمول ہیئر پاؤڈر

آپ طب نبویؐ ہیئر آئل اکیلا استعمال کریں مایوس نہیں ہوں گے یقین جانیے۔ اس مبارک نام کی بدولت ہی آسمانوں سے صحت اور شفا کا پیغام آتا ہے۔ مزید صحت اور تندرستی کے حصول کے لیے ایک نئی حیرت انگیز ایجاد طب نبویؐ ہیئر پاؤڈر جو کہ آملہ، سکاکائی، ریٹھا جیسی انمول نبویؐ جڑی بوٹیوں کے ساتھ مل کر تیار کردہ آپ کے حسن میں قدرتی نکھار پیدا کرتا ہے۔ قیمتی نباتاتی جو ہر کا امتزاج جو بالوں کی بھرپور نگہداشت کرتا ہے۔ خالص اور نبویؐ جڑی بوٹیوں کی بدولت مسامات میں بہت جلد سرائیت کر جاتا ہے۔ خشکی کو اندرونی طور پر ٹھیک کرتا ہے۔ سکری چند دنوں میں ختم ہونا شروع ہو کر کچھ عرصہ استعمال کرنے سے ہمیشہ کے لیے ختم ہو جاتی ہے۔ گرتے بالوں اور سکڑتے بال بالکل کھل جاتے ہیں بلکہ گرتے بالوں کی جگہ نئے بال اُگنے لگتے ہیں۔ طب نبویؐ ہیئر پاؤڈر بالوں کی جڑوں کو مضبوط کرتا ہے اور ان کی لمبائی میں اضافے کا سبب بنتا ہے۔ بالوں کے روکھے اور بھُربھرے پن سے نجات دلا کر انہیں ریشم کی طرح نرم و ملائم اور سلکی کرتا ہے۔ طب نبویؐ ہیئر پوڈر بالوں کی سیاہی کو برقرار رکھتا ہے۔ اور دوشاخہ پن سے ممکن نجات اور بالوں کو الگ کر دیتا ہے۔ کتنے لوگ اس کو استعمال کر کے نئی صحت اور نئی آرزو کے ساتھ زندگی گزار رہے ہیں۔ حتیٰ کہ ایسے لوگ جو سر کے قدرتی حسن اور جمال سے محروم ہو گئے یا آہستہ آہستہ جھڑ جھڑ کر خزاں زدہ ہو رہے ہیں اور بالوں کے اوپر نکھار میں بڑھاپا چھا رہا ہو وہ ہیئر پوڈر سے بھرپور فائدہ لیں اس آزمودہ ٹانک سے بالوں کو نئی زندگی دیں۔ سر کے دانے، پھنسیاں، خارش چھلکے، جوئیں، لیکھیں، ٹینشن دباؤ تناؤ اور کھجاؤ جیسے روگ دور کرنے کے لیے طب نبویؐ ہیئر پوڈر پر بھروسہ کیجئے۔ اگر ہیئر آئل اور ہیئر پوڈر سے بظاہر نفع کم نظر آرہا ہے تو فوراً اندرونی علاج کی طرف متوجہ ہوں کیونکہ ہمارا تجربہ اور بھروسہ ہے کہ ہیئر آئل اور ہیئر پوڈر کبھی بھی نفع سے خالی نہیں۔ **نوٹ:۔** ہیئر آئل اور ہیئر پوڈر دونوں ہی استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر مرض زیادہ ہو تو دونوں کا استعمال نئی زندگی دیتا ہے۔ اگر دونوں نہ کریں تو ہیئر آئل کا نفع مکمل ہے اور ہیئر پوڈر کا نفع بھرپور ہے۔ **طریقہ استعمال:۔** 2 چمچ مناسب پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح بالوں کی جڑوں میں لیپ کریں۔ کم از کم ایک گھنٹہ یا جتنا زیادہ وقت لیپ ہو گا اتنا زیادہ نفع ہو گا۔ اسکے بعد دھو لیں طب نبویؐ ہیئر آئل اور ہیئر پوڈر کا کمال گھنے خوبصورت اور مضبوط بال۔ قیمت فی پیکٹ -/100 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

شفاء حیرت سیرپ

کھانسی، الرجی، دمہ، سانس کا پھولنا، مسلسل ریشہ بلغم۔ موجودہ دور کی آلودہ زندگی، آلودہ فضا اور آلودہ غذائیں ان امراض کی وجہ ہیں۔ کالج کے ایک ہاسٹل میں چند طلباء کو یہ مرض تھا وہ نہ رات کو سوتے اور نہ سونے دیتے ساری رات کھانستے اور بے چین ایسے حتیٰ کہ ان میں سے ایک طالب علم کا تو سال ضائع ہو گیا انہیں یہ سیرپ 2 چمچے گرم پانی کے کپ میں گھول کر چائے کی طرح چسکی چسکی پلایا گیا دن میں ایسا ۴ بار کیا گیا صرف چند خوراکوں سے حیرت انگیز نفع ہوا اور تمام طلباء تندرست ہو گئے۔ ایک بچہ لایا گیا جس کے بارے میں فیصلہ ہو چکا تھا کہ اسے ٹی بی ہو گئی ہے۔ وہ ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گیا تھا رنگ سیاہ اور جسم کمزور رات بھر بچہ کھانستا اور تھوڑا سا بلغم نکلتا۔ مایوس ہو کر ۸ ماہ بچے کو ٹی بی کا کورس کرایا گیا لیکن فائدہ نہ ہوا بچے کو اعتماد سے شفاء حیرت سیرپ استعمال کرایا ایک چمچہ آدھے کپ گرم پانی میں گھول کر دن میں ۳ بار چند ہفتے مریض کے لئے کافی ثابت ہوئے۔ اور مریض تندرست ہو گیا۔ ایک شخص چند قدم نہیں اٹھا سکتا تھا چند قدم اٹھا کر بیٹھ جاتا سانس پھول جاتا تھا۔ نہ معلوم کونسی ادویات استعمال کیں۔ حتیٰ کہ انہیلر (Inhaler) بھی استعمال ہوتا تھا اب تو وہ بھی کام کرنا چھوڑ گیا مریض ادویات سے الرجی ہو گیا تھا۔ اسے شفاء حیرت انگیز سیرپ استعمال کرایا گیا مریض تھوڑے عرصے میں تندرست ہو گیا۔ بعض علاقے ایسے ہوتے ہیں جہاں پولن الرجی کی وجہ سے ہر شخص الرجی کا شکار ہوتا ہے مجھے ایسے کئی مریض ملے حتیٰ کہ ایک مریض تقریباً تین سو بار چھینکتا تھا۔ جسم اور دماغ خالی ہو گیا تھا وہ کسی کام کا نہیں رہا تھا مایوسی کے سائے منڈلا رہے تھے۔ آخر کار کسی نے اسے یہ حیرت انگیز سیرپ استعمال کرنے کو دیا۔ وہ چونکہ ادویات سے بددل ہو چکا تھا اور لاچار بھی اور مایوس تھا اس نے صرف چند خوراکیں کسی کے اصرار پر استعمال کیں اسے کچھ امید نظر آئی تو اس نے یہ سیرپ مزید استعمال کیا اور روز بروز ایسا فائدہ ہوا کہ آس و امید کا دن نکل آیا اندھیری رات ختم ہو گئی۔ دمے الرجی کے پرانے سے پرانے مریض جب سیرپ استعمال کرتے ہیں تو نہایت مطمئن ہو جاتے ہیں۔ حتیٰ کہ بڑی قیمتی ادویات سے بھی نجات مل جاتی ہے۔ **ترکیب استعمال:** ۲ چمچ گرم پانی کے کپ میں گھول کر چائے کی طرح دن میں ۳ بار بچوں کی مقدار آدھی کر دیں۔ یعنی ایک چمچ۔

قیمت فی بوتل 100 روپیہ علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

جو ہر شفاء مدینہ

سوائے موت کے ہر مرض کا علاج

ایک ایسے شفاء بخش مرکب کی پیشکش جس کا انتخاب بیشتر نبویؐ بوٹیوں سے کیا گیا۔ وہ جو سالہا سال کی آزمائش نے اسے خود گارنٹی اور کسوٹی بنا دیا ہے۔ جس کے ایک بار کے استعمال نے ہر شخص کو اس کا گرویدہ بنا دیا ہے۔ جب بھی ہم اس دوا کے فوائد بیان کرنے بیٹھیں اور اگر مکمل فوائد سے آگاہ کر دیں تو آپ شاید یقین نہ کریں۔ آخر یہ اتنے فوائد کیوں نہ ہوں اس کی بنیادی وجہ یہی ہے کہ جب بھی ہم نبویؐ دواؤں پر بھروسہ کے ساتھ یعنی سوائے موت کے ہر مرض کا علاج!!! پھر کیوں نہ ہم یہ دعویٰ کریں کہ یہ ڈھیر سارے امراض میں اتنی تیزی سے اثر پذیر ہے کہ بڑی بڑی قیمتی ادویات وہاں ناکام ہو جاتی ہیں جہاں یہ دوا کام کرتی ہے۔ اگر آپ مزید کچھ توجہ فرمائیں تو اس کے مختصر فوائد ہم بتائے دیتے ہیں۔ یہ گھر بھر کی ضرورت ہے، جی ہاں!! اس وقت جب گھر کے کسی فرد کو معدے میں گیس تبخیر ہو، کھانا کھانے کے بعد معدے میں افزائش ریح کو رد کرتا ہے۔ پیدا شدہ ریح کو تحلیل کر کے خارج کرتا ہے، آنتوں کی خشکی کو ختم کرتا ہے اور ان میں طبعی تری پیدا کرتا ہے۔ کھانے کو جزو بدن بناتا ہے اور غذا کو ہضم کرنے میں اس کا کوئی ثانی نہیں۔ **معدے کی مشکلات کی خاص دوا:۔** معدے میں ہر وقت آوازیں آنا، معدہ اور پیٹ میں جگہ جگہ درد ہونا۔ اپھارہ، پیٹ کا تن جانا اور پھول جانا، بدہضمی۔ ان امراض میں بہت ہی زیادہ مفید نتائج ہیں اور جو ہر شفاء مدینہ نے ان تمام امراض میں اہم کردار ادا کیا ہے۔ **جگر کی تکالیف میں فیصلہ کن شفا:** جب جگر کا نظام خراب ہو، کھایا پیا ہضم نہ ہونا ہی جزو بدن بنے، جسم پر ورم ہو، رنگ پیلا ہو اور زردی مائل ہو، کوئی دوا کارگر نہ ہو، خشکی جسم میں از حد ہو اور جسم آہستہ آہستہ پھول رہا ہو۔ ایسے تمام امراض کے لئے جو ہر شفاء مدینہ کا کچھ عرصہ استعمال نئی زندگی اور شادابی لاتا ہے **ایک محبوب اور سریع الاثر مرکب:۔** بار بار کے تجربات میں یہ بات آئی ہے کہ جب دل معدہ اور جگر کی بیماریوں نے مریض کو دیگر بیماریوں میں مبتلا کر دیا ہو جہاں ایک مرض کا علاج ہو دیگر کئی اور بیماریاں شروع ہو جائیں وہاں صرف نبویؐ نسخہ کارگر رہا ہے۔ اور خواتین مردوں جوانوں اور بچوں میں یکساں مفید و مؤثر جانا گیا ہے۔ ایک بار ضرور آزمائیں مایوس نہیں کرے گا۔ **جب ہر تدبیر کارگر نہ ہو:** مسوڑھوں سے مسلسل خون اور پیپ، گلے کی ہر وقت انفیکشن، دماغ پر مسلسل بوجھ، کان اکثر بند رہتے ہیں پھر ان کے اثرات سے نظر کمزور یادداشت کمزور ہونا شروع ہو اور زندگی کے معمولات میں خلل واقع ہو۔ ایسے دور میں جو ہر شفاء مدینہ کا مستقل اور کچھ عرصہ استعمال ان کھوئی ہوئی قوتوں کو بحال کر دے گا۔ **دل کے امراض میں طاقتور عمل:۔** ہائی بلڈ پریشر، دل کے والو کا بند ہونا یا دل کی کسی شریان کا بلاک یا بند ہونا، دل کی دھڑکن کی تیزی، سانس پھولنا، سیڑھیاں بمشکل چڑھنا، پھر ایسے لوگ جو ہاضمے کے مرکبات میں نمک کی شکایت کرتے ہیں تو یہ مرکب نمک سے بالکل پاک ہے۔ بڑھے ہوئے بلڈ پریشر کو کم اور مزید نہیں بڑھنے دیتا۔ جو ہر شفاء مدینہ ایک خاص مکمل دل کا کورس ہے۔ **خوشیوں کا خزانہ:** ایک دفعہ ایک مریض کو دائمی بواسیر تھی اس نے آزمائی تو بواسیر، معدے کی گیس تبخیر اور بدہضمی ختم ہوئی تو بے ساختہ اس کے منہ سے نکلا کہ مجھے تو خوشیوں اور راحتوں کا خزانہ ملا ہی اب ہے۔ **ایک فطری شفا بخش تجربہ:** جب اس دوا کو شروع کیا تو معلوم نہ تھا کہ اس کے اتنے فوائد مزید ہو سکتے ہیں۔ پھر خود لوگوں نے بتائے۔ ایک مریض نے بتایا کہ میرے مثانے کے غدود پھولے ہوئے تھے اور پراسٹیٹ گلینڈ کا آپریشن بتاتے تھے چونکہ بار بار پیشاب آتا تھا۔ میں نے اس دوا کو چند ماہ استعمال کیا تو زندگی بھر کے لئے راحت مل گئی۔ اب رات کو پیشاب کر کے سوتا ہوں، صبح اٹھ کر کرتا ہوں۔ **تلوار سے زیادہ تیز اثر:** میرے پاس سینے اور پھیپھڑے کے مریض بے شمار آئے اور سب نے یہ تجربہ بتایا کہ ریشہ بلغم اور سانس کی الرجی، دائمی دمہ کھانسی، سانس ڈوب جانا، کمزوری بے طاقتی کے لئے جب جو ہر شفاء مدینہ استعمال کی تو حیرت انگیز طور پر جسم میں تبدیلی آنا شروع ہوئی اور جسم بالکل تندرست ہو گیا۔ **بے گمان تجربات:** نوجوانوں میں اس کے تجربات بھی گمان میں نہیں تھے لیکن سالہا سال کے تجربات کے بعد پتہ چلا کہ یہ دوا، نوجوان نسل کی مخصوص بیماریوں اور عوارض کے لئے بہت لاجواب اثرات اور تجربات رکھتی ہے۔ پھر جب نوجوان کو مستقل استعمال کروایا گیا تو پتہ چلا کہ یہ کوئی عجیب و غریب چیز ہے۔ **دل کی زندگی چہرے کی مسرت:** ایسی لاعلاج خواتین جن کے چہرے پر غیر ضروری بال تھے، چھائیاں تھیں اور کیل دانے مہاسے تھے جب انہوں نے یہ نسخہ توجہ سے یکسوئی اور مستقل اعتماد سے استعمال کیا تو نبویؐ جڑی بوٹیوں نے مایوس نہ کیا اور تھوڑے عرصے میں دل کی زندگی اور چہرے کی مسرت لوٹ آئی۔ **خواتین کے مخصوص امراض کا تیر بہدف علاج:** لیکوریا، عفونتی پانی، اندرونی ورم، دباؤ اور بوجھ پڑنا، ایام میں تکلیف اور بے قاعدگی جب خواتین نے جو ہر شفاء مدینہ استعمال کرنا

شروع کیا تو یہ امراض مکمل طور پر ختم ہو گئے اور اطمینان میسر ہوا۔ **جسم کی کمزوری اور بدخوابی کا نافع تریاق:** جن لوگوں میں خون کی کمی ہو، سرخ ذرات کم ہوں، ہیموگلوبن کم ہو، جسم مردہ، بے جان ہو یا پھر رات کو برے برے خواب آتے ہوں یا نیند میسر نہ ہو ایسے تمام مریضوں کے لئے جوہر شفاء نہایت مؤثر پائی گئی اور مریضوں نے استعمال کیا تو تسلی پائی۔ **ہیپاٹائٹس کا مکمل خاتمہ:** جہاں 700 روپے کا روزانہ انجکشن اور 13000 روپے کے ہر ہفتے بعد انجکشن لگتے ہیں وہ مریض اس دوا کو کچھ عرصہ استعمال کر کے جب ٹیسٹ کراتے ہیں تو لاجواب رزلٹ ملتے ہیں۔ کتنے بے شمار مریض اس جوہر شفاء مدینہ سے مزید لوگوں کو روشناس کرا رہے ہیں کہ ہمیں نئی زندگی کی نوید اسی دوا سے ملی ہے۔ **ایک پُرکیف تجربہ:** جب پرانے بخار بگڑ جائیں اور بخار جان نہ چھوڑ رہا ہو اس کا تجربہ واقعی پر کیف تھا۔ مریض کسی بھی عمر کا ہو ہر حال میں فائدہ ہوا ہے۔ **ایک ایمان افروز واقعہ:** ایک خاتون کے نو بچے ہیں میاں کا کاروبار اتنا اچھا نہیں۔ قدرت خدا کی روز کوئی نہ کوئی بچہ بیمار علاج کر، کر کے آخر کار مقروض ہو گئے۔ انہیں بچوں کے جملہ امراض میں جوہر شفاء مدینہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ خاتون کے بچوں کو معدے کے امراض الٹی تے دست کھانسی نزلہ زکام بخار اور دیگر امراض میں چٹکی چٹکی جوہر شفاء مدینہ دن میں کئی بار دیا تو بچے تندرست ہو گئے۔ خود ہی کہنے لگی اب اتنی فرصت ہو گئی ہے کہ نماز اور اعمال کی بھی خوب پابندی ہوتی ہے۔ **ایک طاقتور پیش قدمی:** یہ زیادہ عرصہ کی بات نہیں چند روز کا واقعہ ہے کہ ایک مریض کے گردے فیل ہو گئے اس نے واش کروائے لیکن مرض بڑھتا گیا اسے کچھ معدے کی تکلیف تھی اس معدے کی تکلیف کے لئے یہ دوا کھائی تو فائدہ ہوا اور ادھر گردوں میں فائدہ ہوا۔ وہ حیران ہوا اس نے یہ دوائی مستقل کھانا شروع کر دی۔ آہستہ آہستہ گردوں کے واش کرانے کا وقفہ بڑھتا گیا آخر کار گردے اپنی اصلی حالت پر آ گئے۔ پھر اس مریض نے دوسروں کو بتایا کہ جب کئی مریض تندرست ہو گئے تو مجھے دوا کا پتہ چلا کہ اس دوا کا یہ فائدہ بھی ہے۔ **ایک صالح خاتون کی وصیت:** عرض یہ ہے کہ ایک زمیندار گھرانے کی خاتون مستقل دوا کو استعمال کرتی تھیں اور عمر رسیدہ تھیں۔ بہت عرصہ تشریف نہیں لائیں۔ آخر ایک دن ان کی اولاد ایک وصیت نامہ لائی جس میں ایک بات یہ بھی تھی کہ جوہر شفاء مدینہ کو ہمیشہ گھر میں رکھنا کیونکہ نبویؐ جڑی بوٹیوں کی برکت میں نے اس دوا میں دیکھی ہے۔ میں نے جوڑوں کے درد گیس تبخیر بادی سینے کی جلن، زبان کے چھالے، کولیسٹرول کا بڑھنا، نیند کی خرابی حتیٰ کہ معدے اور آنتوں کے زخم، الرجی اور جلدی بیماریوں میں اسے خود اور اپنے دیگر احباب میں مفید پایا۔ لہٰذا اسے گھر میں ہر وقت رکھنا بہت ضروری ہے۔ **قوت کا خزانہ:** ایسے لوگ جو ہر وقت پٹھوں میں درد، بے طاقتی کی شکایت کرتے ہیں یا پھر بلڈ پریشر ہائی یا لو ہونے پر پریشان ہیں، کھایا پیا ہضم اور جزو بدن نہیں بنتا۔ جسم روز بروز کمزوری اور نڈھالی کی طرف مائل تھے ایسے لوگوں کے لئے یہ قوت کا خزانہ ہے۔ جو بچے کھانا نہیں کھاتے تر و تازہ نہیں رہتے، جسم اور قد نہیں بڑھاتے ان کے لئے بھی مفید ہے۔

مقدار خوراک: جوہر شفاء مدینہ کی مقدار خوراک 1/2 چھوٹا چمچ پانی کے ہمراہ دن میں 2 بار سے 5 بار تک۔ بچوں کے لئے ایک چٹکی دن میں 2 بار سے 5 بار پانی میں گھول کر۔ پرانے امراض میں کچھ عرصہ مستقل استعمال کریں کیونکہ اس کی پہلی خوراک جسم میں اپنا اثر دکھاتی ہے اور مریض خود مشاہدہ کرتا ہے۔ **نوٹ:** جوہر شفاء مدینہ کے استعمال کے دوران اگر ڈاکٹری ادویات لے رہے ہیں تو فوراً نہ چھوڑیں آہستہ آہستہ چھوڑیں۔ اگر وہ ادویات نہیں لے رہے تو ایسے مریض کے لئے اکیلی یہی دوائی کافی ہے تسلی کریں۔ یہ دوائی نمکیات سے مبرا ہے۔

پرہیز: بادی، ثقیل، تلی ہوئی، مصالحہ دار، بڑا گوشت، چاول، آلو، اروی، بھنڈی سے پرہیز کریں۔ شوگر اور ہائی بلڈ پریشر مریض تسلی اور اطمینان سے استعمال کریں۔ **جوہر شفاء مدینہ مکمل نسخہ:** ہو الشافی! سونف، دانہ الائچی کلاں، ست ملیٹھی، مرچ سیاہ، سونٹھ ہر ایک 50 گرام، کافور، سفرجل، حنا، حب الرشاد، صعتر، قسط الجری، لوبان، مرکی، مرزنجوش، حلبہ، سناکی، کلونجی، کاسنی، الائچی خورد، کالی ہریڑ، زیرہ سفید ہر ایک پانچ گرام کوٹ پیس کر محفوظ رکھیں۔ قیمت دوائی فی ڈبی: -/100 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

نوجوانوں کے روگ (کورس)

جوانی کا عروج اور ماحول کا فساد جب یہ دونوں چیزیں اکٹھی ہو جاتی ہیں تو پھر آگ اور پیٹرول اکٹھے ہو جاتے ہیں۔ جس طرح ماچس کی تیلی پر لگا مسالہ صرف رگڑ کا منتظر ہوتا ہے اور بارود کو آگ لگ جاتی ہے۔ اسی طرح جوانی کا جوبن اور ننگے ماحول میں پرورش تو یقیناً جوانی کا سمندر بے لگام ہو کر غلط راستوں کی طرف گامزن ہو جاتا ہے۔ وہ جوان جو ماں کے پاکیزہ دودھ سے پلے اور بلوغت کی دہلیز پر قدم رکھتے ہیں چہرے سرخ گلابی، آنکھیں روشن اور فراخ ہوتی ہیں، جسم طاقت ور اور پھرتیلا ہوتا ہے۔ آخر کیوں وہ جسم کمزور اور آنکھیں اندر کو دھنسی ہوئی، جسم تھکا تھکا اور پھر آہستہ آہستہ چڑ چڑا پن، قوتِ برداشت میں کمی، یادداشت پر اثر، چال میں لڑکھڑاہٹ، بیٹھ کر اٹھنے سے آنکھوں کے سامنے چکر اور اندھیرا آ جانا، جسم پر خشکی، قبض، کھانا ہضم نہ ہونا یا پھر بھوک نہ لگنا، دل اور دماغ کی کمزوری یادداشت کی کمی، نگاہ کا کمزور ہونا، روز بروز چہرے کی رونق ختم ہو رہی ہوتی ہے۔ یہ تمام علامات بتا رہی ہیں کہ جسم کا جوہر خاص ضائع ہوا ہے یا ہو رہا ہے جس کی وجہ سے گلابی چہرے پر سیاہی اور پیلاہٹ کی طرف مائل ہو رہے ہیں۔ یہی نوجوان پھر شادی کے نام سے گھبراتے ہیں وہ ایسی غلط زندگی کی ترتیب میں پھنس حتیٰ کہ دھنس چکے ہوتے ہیں جس سے نکلنا پھر ان کے بس میں نہیں ہوتا۔ ایسے مایوس نوجوان اپنی زندگی کی بہاریں اپنے ہاتھوں لٹا چکے ہوں اور اب خودکشی یا پھر مسلسل ڈپریشن ٹینشن اور ڈسٹربنس کا شکار ہوں وہ ہرگز ہرگز مایوس نہ ہوں۔ ان کے لئے قدرت کی پیدا کردہ جڑی بوٹیوں میں کمال رکھا ہوا ہے جسے ہماری تحقیق نے لوگوں کی صحت اور تندرستی کو ملحوظ رکھتے ہوئے مسلسل تجربات کے بعد آپ کے سامنے پیش کیا ہے لہٰذا آپ بھرد سے اور اعتماد سے اپنی جوانی کی سابقہ بہاروں کو لوٹانے کے لئے ہمارے طبی رازوں سے استفادہ کریں۔ یقین شرط ہے مایوسی گناہ ہے۔

قیمت: -/560 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

لاعلاج بواسیر کا لاجواب علاج (کورس)

مسلسل بیٹھنے اور مستقل بادی چیزوں کا بکثرت استعمال، مصالحہ دار تلی ہوئی زیادہ گرم چیزوں کا مسلسل کھانا یا موروثی اثرات بواسیر کا باعث بنتے ہیں۔ انسان علاج کروا کے عاجز آ چکا ہوتا ہے۔ ایسے تمام عوامل میں ہمارے شعبۂ تحقیق نے اس کے لئے شافی علاج دریافت کیا ہے کہ جس سے بواسیر جڑ سے اٹھ جائے اور مسوں کے، تکلیف درد اور جلن کا بالکل ازالہ ہو جائے بلکہ بعض لوگ تو آپریشن کرا چکے ہوتے ہیں مرض پھر بھی غالب آ جاتا ہے۔ بعض کئی بار آپریشن کرا کے بھی سکون نہیں پاتے۔ ایسے تمام لوگوں کے لئے ہمارے تجربے سے فائدہ اٹھائیں اور بواسیر سے یقینی خاتمہ (انشاءاللہ) پائیں۔

قیمت: -/400 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

الرجی، دائمی نزلہ، ناک کی ہڈی کا بڑھنا (کورس)

ایک خبر تھی کہ اسلام آباد میں ایسے درختوں کو مسلسل کاٹ رہے ہیں جو الرجی کا ذریعہ بنتے ہیں لیکن ایک درخت کاٹنے سے وہاں کئی اور درخت نکل آتے ہیں۔ بالکل اسی طرح ہم جب دائمی نزلے کا شکار ہوتے ہیں تو بال سفید ہونا اور گرنا شروع ہو جاتے ہیں، دماغ کمزور اور حافظہ ضعیف ہونا شروع ہو جاتا ہے تو وہاں ایسی ادویات استعمال کرتے ہیں جو وقتی طور پر نزلہ بند کر دے یا الرجی کا وقتی علاج ہو لیکن جب تک دوائی کا اثر، اس وقت تک فائدہ، اس کے بعد پھر وہی مرض۔ جسم پر الرجی سے نشان اور خارش شروع ہو جانا۔ ناک کی ہڈی کا بڑھا ہوا ہونا، دل دماغ پر اس کا اثر پڑنا حتیٰ کہ نیند میں بھی پریشانی ہوتی ہے۔ جب الرجی بڑھتی ہے تو جلدی مسائل شروع ہو جاتے ہیں اور ہم اسکن پرابلم کہہ کر اس پر وقتی مرہم لگاتے ہیں۔ کیا یہ اس کا دائمی علاج ہے؟ ہرگز نہیں! تو دائمی نزلہ الرجی ناک کی ہڈی کا بڑھنا ناک کا بند رہنا جلدی مسائل حتیٰ کہ ''الرجی کا دمہ'' تک کے مسائل کے لئے یہ ادویات آزمودہ ہیں۔

قیمت: -/500 روپے علاوہ ڈاک (دوا برائے دس یوم)

موٹاپا کورس

کچھ عرصہ قبل صرف خواتین ہی اس پریشانی میں مبتلا رہتی تھیں کہ ان کا موٹاپا بڑھ رہا ہے اور وہ موٹی ہو رہی ہیں لیکن اب تو مرد حضرات بھی اس معاملے میں پریشان ہیں۔ آخر یہ پریشانی کیوں نہ ہو کہ موٹاپا بے شمار امراض کا پیش خیمہ ہے اور بے شمار امراض کی وجہ۔ کتنی بیماریاں ایسی ہیں کہ ان کی وجہ موٹاپا ہے۔ پھر جتنا موٹاپا بڑھتا چلا جاتا ہے اتنی بے شمار بیماریاں بڑھتی چلی جاتی ہیں۔ آپ جگہ جگہ مختلف اشتہار پڑھیں گے کہ موٹاپا ختم ہو سکتا ہے لیکن مسئلہ موٹاپے کے ساتھ ساتھ اس بات کا بھی ہے کہ ان ادویات کے سائیڈ افیکٹ اتنے ہوتے ہیں کہ ایک مرض تو شاید ختم نہ ہو دوسرا مرض لگ جاتا ہے اور انسان مسلسل ادویات کے استعمال کی طرف بڑھتا چلا جاتا ہے۔ مسلسل تحقیق کے بعد موٹاپا کورس کے نام سے خالص جڑی بوٹیوں سے ایسی ادویات کا استعمال کرایا جاتا ہے جو کم وقت میں زیادہ سے زیادہ نفع دیں۔ ہزاروں لوگوں نے آزمائش کے بعد اس کے فوائد اور اثرات کی تعریف کی ہے۔ آپ بھی اعتماد سے آزمائیں اور اپنے موٹاپے کا خاتمہ کریں یقین کیجئے یہ دوا آپ کی زندگی اور حسن کی دشمن بیماری موٹاپے کا اکسیر آزمودہ اور آخری علاج ہے۔ انشاءاللہ! قیمت: -/500 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

ہیپاٹائٹس (کورس)

ہیپاٹائٹس وہ مرض ہے جس کا علاج کینسر کے بعد سب سے مہنگا ہے۔ مریض سالہا سال قیمتی انجکشن لگواتا رہتا ہے اور مرض چاہے B ہو یا C ختم ہو جانے کا نام ہی نہیں لیتا یا اگر مرض ختم ہو جاتا ہے تو پھر دوبارہ شروع ہو جاتا ہے۔ کیا یہ مرض لاعلاج ہے؟ کیا پیٹ میں پانی بھر جانے کا علاج صرف سرنج ہے، اس کا پانی نکالنا ہی ہے؟ آخر لوگوں کو یہ

مرض منتقل ہوجائے تو پھر کیوں لا علاج ہوجاتے ہیں؟ یہ تمام سوالات آپ سے ہیں۔ دراصل جڑی بوٹیوں کی تحقیق ہی ختم ہوگئی ہے اور ہم اس تحقیق کو چھوڑ کر ایسی ادویات کو سینے سے لگا بیٹھے جن میں کیمیکل اور مسلسل سائیڈ افیکٹ ہوتے ہیں۔ اس بات کا احساس ہے کہ لوگ مجبور ہیں آخر وہ کہاں جائیں کس سے اپنا علاج کرائیں؟ ظاہر ہے جو دوا ان تک پہنچے گی اور معالجین جو دوا لکھ کر دیں گے وہ وہی استعمال کریں گے۔ ہماری تحقیقات نے ہمیں اس مرض کے لئے ایک بہترین علاج مہیا کیا ہے پھر اس کو کئی ہزار مریضوں پر آزمایا، آزمائش کے بعد جب اس کے نتائج سامنے آئے تو حیرت انگیز طور پر نتائج مثبت اور تسلی بخش اور صحت بخش ملے۔ آپ بھی آزمائیں اور صحت مند بنیں۔

قیمت: -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

ہاضم خاص

دیسی جڑی بوٹیوں کے نمکیات' مفید ادویات کا بے ضرر مرکب

نواب آف بھوپال آصف جاہ کے شاہی معالج کا تجویز کردہ فارمولہ جس کی اصل حقیقت کچھ یوں ہے کہ جب شاہی دستر خوان رنگا رنگ کھانوں سے سجا ہوا ہو اور ہر کھانا پرتکلف اور شاہی ذائقے اور مہک سے لبریز ہو تو ایسے وقت میں ہاتھ کہاں رک سکتا ہے۔ نوابی مزاج جہاں مشقت بھی نہیں اور میلوں چلنا تو ویسے ہی ناممکن جو کھانے کو ہضم کر دے ایسے حالات میں معدے پر بوجھ کو ختم کرنے اور غذا کو لطیف بنا کر جز و بدن بنانے کے لئے شاہی معالجین نے نہایت عجیب وغریب فارمولہ ایجاد کیا جو خوش ذائقہ بھی اور پر اثر بھی۔ بس بالکل تھوڑی مقدار جسم میں فوراً اثر دکھائے اور بوجھل معدہ بوجھل جسم حتیٰ کہ پکڑا ہوا دل فوراً گلاب کی پنکھڑی کی طرح کھل جائے حیرت انگیز بات یہ ہے کہ صدیوں سے ہاضم خاص کو آزمایا جا رہا ہے جس نے بھی استعمال کیا اسی کے لئے موافق۔ اس کو نوابی مزاج بھی استعمال کر سکتے ہیں اور سخت مزاج بھی آج کے دور میں جب جسمانی حرکت نہ ہونے کے برابر رہ جائے تو یہ شاہی چورن بالکل موافق ترین ہے۔ تجربات میں جہاں مندرجہ بالا فوائد اس کے مانے ہوئے ہیں وہاں کولیسٹرول، یورک ایسڈ، توند کا بڑھنا، زبان پر تہہ جم جانا، جوڑوں اور بدن کا درد، کمر اور پٹھوں کا کھچاؤ اور درد قوامہ میں شاہی چورن نہایت مفید ہے۔ ہاضم خاص امراض معدہ کیلئے مفید و موثر' بدہضمی' اپھارہ' قے' کھٹے ڈکار' سینے اور معدے پر بوجھ' متلی کی شکایت دور کرتا ہے' بھوک بڑھاتا ہے' نظام ہضم کی اصلاح کرتا ہے' سینے کی جلن' معدہ میں گیس تبخیر اور قبض کا بہترین علاج ہے۔ کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ نوٹ: یہ دوائی ان لوگوں کے لئے خاص طور پر مفید ہے جن کا کام بیٹھنا ہے اور جسمانی حرکت کم ہوتی ہے۔ موٹاپا اور پیٹ بڑھ رہا ہے یا اس کا خطرہ ہے۔ عورتوں اور مردوں کے لئے یکساں مفید ہے حتیٰ کہ اس کے استعمال سے دل کے امراض' ذہنی بوجھ اور الجھن کو بھی فائدہ ہوتا ہے۔ آدھا چمچہ ہر کھانے کے بعد پانی کے ہمراہ۔

قیمت فی پیکٹ: -/200 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

طاقتی

مایوس از دواجی زندگی کیلئے۔ ▪ لا علاج حضرات کی جب زندگی بے لطف ہو جائے۔ ▪ صحت، طاقت اور عارضی نہیں مستقل توانائی کیلئے۔ ▪ یہ دوائی دراصل اعصابی دماغی اور مزاجی طور پر تھکے ہوئے بوڑھوں، نوجوانوں اور عورتوں کے لیے ہے۔ دوائی عورتوں کے لیے بھی ویسے ہی مفید ہے جیسے مردوں کے لیے مفید ہے۔ ▪ طاقتی کے سائیڈ افیکٹ نہیں۔ ▪ اعصابی کمزوری جلدی تھک جانے والے لوگوں کیلئے خوشخبری۔ ▪ کمر کے درد اور پٹھوں کے کھچاؤ اور پریشان لوگوں کیلئے لاجواب۔ ▪ ذہنی دباؤ، ٹینشن اور ڈپریشن کے مریض ضرور استعمال کریں۔ ▪ معدے کے نظام اور جگر کی اصلاح کھانے کو جز و بدن بنانے کیلئے۔

<u>طاقتی اور قارئین کے تجربات:</u>

اس بے ضرر اور بے مثال دوائی کے ہزاروں تجربات اور مشاہدات ہیں جو بھی ایک بار استعمال کرتا ہے بھرپور اعتماد بڑھتا ہے کیونکہ اس دوائی میں زہریلے کشتہ جات' نشہ آور چیزیں یا کوئی ڈاکٹری دوائی ہرگز نہیں۔ ایک شخص بالکل مجبور اور مایوس آیا اسے ہر طرف سے ناکامی کا سامنا کرنا پڑا حتیٰ کہ زندگی سے بالکل ناامید ہوگیا۔ برادری میں بدنامی اور گھریلو ناچاقی شروع ہوگئی۔ اس طرح کے ایک صاحب نے طاقتی آزمائی تھی انہوں نے طاقتی استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ یقین مانیے صرف ایک ڈبی نے اسے اندھیرے سے نکال کر اجالے میں ڈال دیا۔ دائمی طاقت کیلئے اس نے چند ڈبیاں اور استعمال کر لیں اب سالہا سال سے خوش خرم ہے اور اسے کسی دوا کی ضرورت نہیں پڑی۔ ایسے عمر رسیدہ اور بڑھاپے کی طرف مائل لوگ جب طاقتی کو استعمال کرتے ہیں تو نئی امید اور نئی کرن عین بڑھاپے میں پیدا ہوتی ہے اور جسم کی رگ رگ میں نئی توانائی اور شادمانی آتی ہے۔ ایک عمر رسیدہ شخص کے الفاظ ہیں کہ اگر میں طاقتی استعمال نہ کرتا تو جس طرح معاشرے نے مجھے بوڑھا کہہ دیا تھا اس طرح میرے گھر والے اور میری بیوی بھی مجھے بوڑھا سمجھ رہی تھی لیکن طاقتی نے بھروسہ اور اعتماد دیا دنیا میں جینے کی امنگ لوٹ آئی۔ ایک صاحب شادی کے نام سے ڈرتے تھے لیکن طاقتی نے وہ خوف ختم کر دیا اور حتیٰ کہ شادی کے بعد بھی اس کا استعمال انسان کو بے بسی اور شرمندگی سے بچاتا ہے۔ خواتین بھی طاقتی اعتماد سے استعمال کر سکتی ہیں جسم کی توانائی اور چستی کے لئے لاجواب ہے۔

قیمت: -/930 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

ہائی بلڈ پریشر کے مایوس مریض

فشاری

ہائی بلڈ پریشر کی کامیاب بے ضرر گولیاں اس دور کی پریشان کن اور عالمی ہائی بلڈ پریشر ایک مرض روگ اور پریشان کن بیماری ہے۔ یہ مرض صدیوں پرانا ہے لیکن تاریخ گواہ ہے کہ جتنا اس دور میں اسکی ادویات فروخت ہوئی اور نہیں آج تک اتنی ادویات نہ تیار ہوئیں نہ استعمال ہوئیں۔ ایک صاحب ہائی بلڈ پریشر کی ادویات کھا کر نڈھال ہو چکے تھے گھر والے ان کے رویے سے تنگ تھے حتیٰ کہ دفتر والے بھی نالاں وہ خود بعض اوقات رونے بیٹھ جاتے کہ میں اتنا بد اخلاق تو نہیں تھا جتنا اب ہو گیا ہے۔ واقعی ہر جگہ میرا بلڈ پریشر مجھے رسوا کرتا ہے۔ اور میں اپنی زندگی کے ہاتھوں مجبور ہو گیا۔ بندہ نے انہیں تسلی دی اور اپنی غذاؤں کو سادہ مرغن دار چیزوں سے منع اور فشاری کا کچھ عرصہ استعمال کرایا کچھ عرصے بعد ان کا تسلی بخش فون آیا کہ واقعی اس دوا نے ان کی نیند ہر وقت کا غصہ، ٹینشن ڈیپریشن اور پریشان زندگی کو پرسکون کر دیا تھا تھکے اعصاب، جکڑا جسم اور متاثر اعصاب پھر سے نئی زندگی پانے لگے زندگی سے الجھے تھے اور بلڈ پریشر کے ہاتھوں مجبور تھے وہ یہ خالص جڑی بوٹیوں سے بنی گولیاں کھا کر بالکل مطمئن زندگی گزارنے لگے۔ سالہا سال سے استعمال ہونے والی فشاری کو جس نے بھی استعمال کیا ہر عمر میں اطمینان پایا۔ ایسے نوجوان لڑکے اور لڑکیاں جو اپنے جذبات کیل مہاسے دانے الرجی کے ہاتھوں پریشان تھے وہ فشاری کے کچھ عرصہ مستقل استعمال سے بہت جلد شفایاب ہوئے۔ فشاری ایک دوا نہیں بلکہ ان جڑی بوٹیوں کا بے ضرر مرکب ہے جو اگر پیس کر چہرے پر بالائی ملا کر چہرے پر لگایا جائے تو سو فی صد صحت اور تندرستی ملے گی اور چہرے کے مسائل بہت جلد ختم ہو جاتے ہیں۔ ایسے مایوس مریض جو ہائی بلڈ پریشر سے بالکل بیزار ہوں ٹینشن، ڈیپریشن سے مایوس ہوں الرجی دانے کیل، مہاسے اور جلد کی رنگت جلنے کے شاکی ہوں انکو بھروسے سے فشاری استعمال کرنی چاہیے آپ کچھ عرصہ فشاری استعمال کر کے یقینی صحت اور شفایابی پا سکتے ہیں نہ اس دوا کا کوئی سائیڈ ایفکٹ نہ مضر اثرات۔

قیمت فی ڈبی: -/100 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

سکونی ہربل

سکونی کی دریافت:۔

☆ قدرت سب سے بڑی نباض ہے انسان جب قدرتی غذاؤں اور قدرتی ماحول کو چھوڑ کر خواہشات کی زندگی کی طرف بڑھتا ہے تو فطرت اس کی راہنمائی کرتی ہے۔ ☆ مسلمان سائنس دانوں نے پہلے ہی ایسی بے ضرر جڑی بوٹیوں پر تحقیق کی جو کھوئے ہوئے سکون کو واپس دلا سکیں۔ یہ ادویات آج نہیں صدیوں سے استعمال ہو رہی ہیں اور شفا میں کمال دکھا رہی ہیں۔ ☆ سکونی دراصل ڈیپریشن ٹینشن بے طاقتی اور بے سکونی کا علاج ہے۔ اس کا ایک ایک جز و اپنے لطیف اجزاء کی بنیاد پر جسم کو فرحت بخشتا ہے کیونکہ طب دراصل بادشاہوں اور شہنشاہوں کی گود میں پلی ہے۔ جب بادشاہ اپنی حکومتی مصروفیتوں اور اندرونی بیرونی بغاوتوں سے پریشان ہو جاتے تھے۔ سکونی دراصل اس وقت شاہی طبیب انہیں استعمال کراتے۔ موجودہ دور کی ایک لاجواب دریافت اور ضرورت ہے ذہنی تھکاوٹ، اعصابی تناؤ، طالب علموں کا دوست کھلاڑیوں کا دوست، سکونی کا باقاعدہ استعمال آپ کو بڑھاپے کے اثرات سے محفوظ اور صحت کو برقرار رکھتا ہے۔ خواتین کے حسن وصحت کے لیے بے مثال بڑھتے ہوئے جوانوں کی نشوونما کے لئے لاجواب، ذہنی تفکرات، ہضم کے مسائل، نیند کی کمی، شریانوں کی سختی، دائمی نزلہ کیرا، چہرے کی جھریاں، خود اعتمادی کی کمی، گرتے ہوئے بال، باہر نکلتی ہوئی توند، چڑھتی ہوئی سانس، نظر کی کمزوری، سکونی بے سکون دلوں کے لئے، سکونی ویران گھروں کے لیے، سکون بے چین دماغ کے لیے، سکونی الجھے انسانوں کے لیے، دائمی نزلہ اور الرجی میں خوب رزلٹ، سکونی ان سب کے لیے جو خواب آور دواؤں سے تھک چکے ہوں، سکونی بے ضرر اور مفید جڑی بوٹیوں کا مکمل مرکب جو کیمیکل اور سائیڈ ایفکٹ سے پاک ہے، بھولنے کے عادت، عورتوں اور مردوں کے لیے سو فی صد مفید، بچپن لڑکپن، جوانی اور بڑھاپے میں یکساں مفید، دائمی قبض کے مریض مایوس کیوں ہیں؟ سکونی جو ہے، ہائی بلڈ پریشر کا بہترین علاج، سکونی بے خوابی اور ڈیپریشن ٹینشن کا آخری علاج، اچانک تجربہ ہوا کہ شوگر میں سکونی مفید ہے، چہرے کے دانے، داغ اور چھائیوں میں آزمودہ، موٹاپے اور بڑھے ہوئے پیٹ میں موثر۔ <u>ترکیب استعمال:</u>۔ دو کیپسول

پانی کے ہمراہ صبح، دوپہر، شام کھانے کے بعد حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کر سکتے ہیں۔ <u>خصوصی نوٹ</u>:۔ بعض کو سکونی کے استعمال سے اجابت پتلی آتی ہے یہ شفا کی علامت ہے نہ کہ بیماری، دشمن کا اندر رہنا نہیں بلکہ باہر نکلنا بہتر ہے۔ تجربات کے بعد شیز وفرینیا کے مریضوں کے لئے مفید ہے۔ قیمت: -/270 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوا برائے دس یوم)

اکسیرالبدن

جب تمام امیدیں ختم ہو چکی ہوں جسم بے رونق گال پچکے ہوئے آنکھیں دھنسی ہوئی جسم نڈھال اور طبیعت پریشان ہو تو اکسیر البدن کی طرف توجہ کریں ☆ ایسے دور میں جب ہر طرف افراتفری ہو کسی کو دوسرے وجود سے دلچسپی نہ ہو ایسے دور میں اکسیر البدن پر بھروسہ کریں بہت موثر ہے ☆ ایک شخص بالکل مایوس ہو چکا تھا جسم بے طاقت اور مردہ ہو چکا تھا۔ حتیٰ کہ کوئی اس کی شکل پہچان نہیں سکتا تھا۔ جب اکسیر البدن استعمال کی تو نہایت مفید اور لا جواب ثابت ہوئی ☆ شادی سے گھبرانے والے یا شادی کے بعد مایوس زندگیاں اسی اکسیر البدن سے بہار پاتی ہیں۔ ☆ ایسے لوگ جو مستقل جسم کی توانائی اور قوت کے متمنی ہوں وہ اکسیر البدن پر اعتماد کریں۔ ☆ ایسے مریضوں پر استعمال کرائی گئی جو زندگی سے مایوس اور طلاق تک نوبت آ چکی تھی اکسیر البدن نے گھر بسا دیا۔ ☆ انسان خطا کا پتلا ہے لیکن اجڑی جوانیاں اکسیر البدن سے شاداب ہوئیں۔ ☆ مایوس مردوں اور زندگی کو برباد کرنے والے نوجوانوں اور بے آس عورتوں کیلئے جب کہیں امید نہ رہے اس وقت اکسیر البدن کچھ عرصہ استعمال کر لیں۔ نئی بہار نئی امید نیا ولولہ اور نئی امنگیں۔ وکلا، طالب علم۔ تاجر، دفتری کام کرنے والے اور دماغی جسمانی محنت کرنے والوں کیلئے عظیم تحفہ۔ مردوں عورتوں اور بچوں کیلئے یکساں مفید۔ عمومی اور خصوصی بیماریوں اور بدنی کمزوریوں کو دور کرنے والا اکسیر ہر موسم میں ہر مزاج کیلئے مفید تر ہے۔ اس مرکب کی خاصیت ہے کہ سیروں دودھ اور مکھن ہضم کراتا ہے۔ سینکڑوں لاغر صورت اسے کھا کر موٹے تازے سرخ و سفید اور طاقتور بن چکے ہیں۔

<u>لا جواب فوائد سے بھر پور مختصر فوائد</u>: معدے کی تیزابیت کیلئے لا جواب ہے۔ ☆ معدے اور آنتوں کے زخم کو ختم کرتی ہے۔ ☆ کھٹے ڈکار اور سینے کی جلن کیلئے اکسیر ہے۔ ☆ آنتوں کی خشکی اور دائمی قبض کا دائمی علاج ہے۔ ☆ بھوک خوب لگاتی ہے۔ ☆ کھانا خوب ہضم کرتی ہے۔ ☆ جگر کی گرمی اور خشکی کیلئے تریاق ہے۔ ☆ پرانے یرقان کا علاج ہے۔ ☆ خون کی کمی کو پورا کرتی ہے اور جسم میں سیروں خون بنتا ہے۔ ☆ چہرے پر رونق خوبصورتی اور چمک بڑھتی ہے۔ ☆ چہرے کے داغ دھبے ختم کرتی ہے۔ ☆ کیل مہاسے دانے ختم ہو جاتے ہیں۔ ☆ ہائی بلڈ پریشر کیلئے مفید ہے۔ ☆ دل کی دھڑکن کمزوری کا آخری علاج ہے۔ ☆ دماغی کمزوری کا خاتمہ کرتی ہے۔ ☆ نگاہ کی کمزوری کا علاج ہے۔ ☆ اعصابی امراض اور اعصابی کمزوری کیلئے مفید ہے۔ ☆ عورتوں کے ایام کی بے قاعدگی اور جسمانی کمزوریوں کیلئے آزمودہ ہے۔ ☆ بچوں کی کمزوری میں لا جواب ہے۔ ☆ بچوں کو غذا ہضم نہ ہونا خون نہ بننا اور دماغی جسمانی کمزوری میں تریاق ہے۔ ☆ جوانوں کھلاڑیوں اور طالب علموں کیلئے یکساں مفید ہے۔ ☆ گرمی کے امراض اور جوانی کی بداعتدالیوں کی وجہ سے پیدا شدہ کمزوری کا خاتمہ کرتی ہے۔ ضروری نہیں بیماری کے وقت استعمال کریں بلکہ آپ اسے تندرستی کی حالت میں استعمال کریں صحت قابل رشک ہوگی۔ آئندہ بیماریوں سے محفوظ رہیں گے جو لوگ ہر وقت بیمار رہتے ہیں ان کیلئے پیغام شفاء ہے۔ ہزاروں مریض شفایاب ہو چکے ہیں۔ ☆ دائمی بواسیر جلن کیلئے عجیب الاثر ہے۔ ☆ اس کے علاوہ سینے کی جلن زبان کے ذائقے کی خرابی کیلئے تجربہ شدہ ہے۔

کہتی ہے خلقِ خدا، ہم کو غائبانہ

اکسیر البدن مریضوں کی نظر میں! میں نے آپ کا مرکب اکسیر البدن استعمال کیا مجھے دماغی کمزوری سے نجات مل گئی اور یہ دماغ کیلئے مفید ہے۔ (علاؤ الدین گلگت) <u>پرانی تبخیر جاتی رہی</u>: میں پرانی تبخیر کا مریض تھا دوست کے کہنے پر اکسیر البدن مرکب کی ڈبیہ استعمال کیں میرا سال ہا سال کا روگ ختم ہو گیا۔ (منظور احمد، کاموکی) <u>چودہ سال کا السر ختم</u>: میں پرانے السر کا مریض تھا میں نے اکسیر البدن دو ماہ استعمال کی اب میں تندرست ہوں اور میرا چودہ سال کا السر ختم ہو گیا۔ (فقیر حسین قلندری ملیر کراچی) جیسا نام ویسا کام: میں نے جسمانی کمزوری کیلئے اکسیر البدن استعمال کی واقعی جیسا کام ویسا ہی نام ہے۔ (ابرار الحق ،نواب شاہ) <u>ریح بادی کا خاتمہ</u>: میں آپ کے پاس علاج کیلئے حاضر ہوا آپ نے مجھے اکسیر البدن استعمال کرنے کیلئے دی عرصہ دراز سے ریح بادی کا مریض تھا لہٰذا میری ریح بادی ختم ہو گئی۔ (محمد اکرم قریشی ،ٹنڈو والہ یار) <u>دو ماہ میں دس پونڈ وزن</u>: میں چونکہ کمزور اور علیل تھا اور اس کیلئے دوست کے بتانے پر میں نے اکسیر البدن دو ماہ استعمال کی میرا دس پونڈ وزن بڑھ گیا۔ (غلام رسول، شجاع آباد) <u>پٹھوں کیلئے ٹھیک</u>: اعصابی اور پٹھوں کی کمزوری کیلئے میں نے اس کو بالکل ٹھیک پایا اور مزید دوستوں کو بھی اس کے استعمال کی ترغیب دلاتا ہوں۔ (عطاء اللہ خان کوٹ عادل بنوں) <u>عورتوں کے امراض میں موثر پایا</u>: میری بیوی ہر طرح کے نسوانی عوارضات میں مبتلا تھی ہر طرح کا علاج کرا چکا تھا افاقہ ندارد آخر میں نے اکسیر البدن استعمال کی اس کا استعمال حیرت انگیز طریقے سے میں نے عورتوں کے امراض میں موثر پایا۔ (ڈاکٹر احمد چوہدری، لاہور) <u>جگر کی گرمی میں افاقہ ہوا</u>: میں گزشتہ تین سال سے جگر کی گرمی اور جلن میں مبتلا تھا اکسیر البدن کے مسلسل استعمال سے جگر کی گرمی میں افاقہ ہوا۔ (محمد رفیق، صادق آباد) <u>دل کے امراض</u>: دل کے امراض میں مبتلا تھا اور اس کے علاج پر ہزاروں روپے خرچ کر چکا تھا میں نے آپ کی اکسیر البدن استعمال کی دل کے امراض سے افاقہ پایا۔ (عبدالحق، مانسہرہ) <u>لیکوریا میں افاقہ</u>: میں نے اپنی دیرینہ مرض کیلئے اکسیر البدن استعمال کی اس کی تعریف میری سہیلی نے کی تھی مجھے لیکوریا میں بہت افاقہ ہوا لہٰذا اس کی مزید دو ڈبیاں ارسال کر دیں۔ (ایس ناز، شاہدرہ لاہور) <u>اس کا گرویدہ ہو گیا</u>: میں نے گرمی کیلئے خود استعمال کیا اور پھر جس جس کو منگوا کر دیا اس کو خوب فائدہ ہو اب تو میں اس کا گرویدہ ہو گیا ہوں۔ (محمد ماجد، حیدر آباد) <u>جتنی تعریف کی جائے کم ہے</u>: میں نے بواسیر خونی کیلئے اس کو استعمال کیا مجھے افاقہ ہوا لہٰذا اس کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے۔ (فیصل رضا، جڑانوالہ) <u>لاجواب تحفہ</u>: ادویات بے شمار ہیں لیکن آپ نے جن جن فوائد کا ذکر کیا ہے وہ تمام فوائد آزمائے ہوئے ہیں واقعی لا جواب ہے۔ (محمد اکبر غوری، بہاولپور)

<u>طریقہ استعمال</u>: تین گولیاں دن میں تین بار دودھ کے ہمراہ۔

قیمت فی ڈبی:۔ -/300 علاوہ ڈاک خرچ۔ (دوا برائے دس یوم)

Monthly "UBQARI" Lahore. LRL - 365

اشاعت خاص عبقری

کالی دُنیا کالا جادو

وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات

تحقیق و ترتیب:
حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

جب دُکھ آپ کو مایوس کردیں

جب مشکلات ہرطرف سے گھیرلیں

ناممکن کوممکن بنانے کے لئے روحانی مستند شرعی وظائف

کالے جادو سے ڈسی دُکھ بھری کہانیاں

کالے جادو اور جنات سے تڑپتے سلگتے انوکھے روگ

کالی دنیا، کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یاکسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ عبقری® لاہور

فروری 2008ء بمطابق صفر المظفر 1429 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ 15 روپے

20

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

ماہ صفر میں غنائے قلبی پایئے

انگور کے پتوں سے پتھری کا علاج

بلی سے کھیت کی حفاظت کیسے ہوئی؟

مختصر مسنون دعا کا معجزانہ اثر

دواؤں سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل

ڈاکو یا سسرالی

کمر اور مہروں کے مسائل کا آزمودہ چٹکلہ



زندگیوں کے تجربات سے شلجم کے اچار تک

قدرت کا بیوٹی بکس آپ کے گھر میں

عبرت والوں کے لیے تین نصیحتیں

ہلدی کی پکار، مریضوں کے لیے

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿٧٦﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿٧٧﴾ القرآن

بیاد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہؒ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضانؒ چغتائی

زیر سرپرستی شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 8 جلد نمبر 2 فروری 2008 بمطابق صفر المظفر 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصّبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان — فروری 2008ء

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے — اندرون ملک سالانہ 180 روپے — بیرون ملک سالانہ 140 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرسالانہ -/180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری درج ہوتا ہے۔ اگر زرسالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے۔ اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے۔ کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں...... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
عصر سے مغرب کے درمیان

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کا خیال نہیں رکھتے پھر خفا ہوتے ہیں۔ ٹوکن کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

Website: www.ubqari.net
Email: ubqari@hotmail.com

0322-4688313، 042-7552384

پیغامِ قرآن

ایک جگہ ارشاد ہے: اللہ تعالیٰ انصاف کا اور بھلائی کا اور قرابت داروں کے ساتھ اچھا سلوک کرنے کا حکم دیتے ہیں اور بے حیائی اور بری بات اور ظلم سے منع کرتے ہیں، تم لوگوں کو اللہ تعالیٰ اس لئے نصیحت کرتے ہیں تا کہ تم نصیحت قبول کرو۔ (سورہ النحل آیت نمبر 9)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت ابو ہریرہؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: تم جنت میں نہیں جا سکتے جب تک مؤمن نہ ہو جاؤ (یعنی تمہاری زندگی ایمان والی زندگی نہ ہو جائے) اور تم اس وقت تک مؤمن نہیں ہو سکتے جب تک آپس میں ایک دوسرے سے محبت نہ کرو۔ کیا میں تمہیں وہ عمل نہ بتا دوں جس کے کرنے سے تمہارے درمیان محبت پیدا ہو جائے؟ (وہ یہ ہے کہ) سلام کو آپس میں خوب پھیلاؤ (مسلم)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

یہ دعا کچھ حیرت انگیز راز ہی کا مجموعہ ہے۔ ضروری نہیں ہر چیز انسانی عقل اور سمجھ میں آئے۔ پھر اگر ہر چیز انسانی عقل اور سمجھ میں آئے تو پھر انسان عقل کل ہو گیا۔ اس عقل کل سے کامل انسان بن جاتا ہے اور اس کائنات میں کامل انسان صرف حضرات انبیاء کرام علیہ الصلوۃ والسلام ہیں۔

ویسے بھی انسان اپنے تجربے کی بنیاد پر جب بھی کسی فن میں کمال حاصل کرتا ہے اور کرتے کرتے فن کے کمال تک پہنچ جاتا ہے۔ اچانک موت اس کے سامنے آ کر اسے گرا دیتی ہے۔ کیونکہ وہ اپنے فن میں اپنے آپ کو کامل سمجھ رہا ہے اور کامل صرف اللہ کی ذات ہے۔

یہ اس دور کی بات ہے جب شہر میں صرف چند ڈاکٹر ہوتے تھے یا چھوٹے شہر میں صرف ایک ڈاکٹر ہوتا تھا اور سب لوگ اسی سے استفادہ کرتے تھے۔ ڈاکٹر اللہ بخش ڈیرہ نواب صاحب کے رہنے والے تھے اپنے فن میں بہت صاحب کمال اور ماہر تھے اور علاج معالجے میں انکا نام چلتا تھا۔ بندہ ایک بزرگ کے ساتھ زندگی کے آخری ایام میں انکی عیادت کرنے گیا۔ میرے ساتھ انکا تعارف نہیں تھا لیکن جن بزرگ یعنی حاجی عبدالحمید صاحب کے ساتھ گیا تھا وہ ڈاکٹر صاحب کے دوست تھے۔ دوران گفتگو ڈاکٹر صاحب بتانے لگے کہ میں نے ایک دفعہ ایک سانپ مارا اور معمول کا واقعہ سمجھ کو بھول گیا۔ پھر کچھ دنوں بعد ایک اور سانپ مارا۔ چند دنوں کے بعد ایک سانپ سامنے آیا، اسے مارا مگر چونک پڑا کہ یہ بار بار سانپ کیوں آ رہے ہیں؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ بعض اوقات سانپ ماریں تو دوسرے سانپ اسکا بدلہ لیتے ہیں۔ اب میں نے محسوس کیا کہ واقعی سانپ میرا تعاقب کرتے ہیں۔ پھر عالم یہ ہو گیا کہ میں چارپائی پر سوتا تو ساتھ لاٹھی رکھ کر سوتا اور جب رات کو یا صبح حاجت کے لیے اٹھتا تو خود لاٹھی لیتا اور میرے گھر والے بھی لاٹھیاں لیتے اور ہر طرف سے پہرہ دیتے۔ ہر روز کہیں نہ کہیں سے سانپ آ جاتا اور ہم اس کو مار دیتے۔ ایک سانپ مر جاتا لیکن دوسرا سانپ آ جاتا۔ میری زندگی اجیرن ہو گئی ہر وقت سانپ کا فکر رہتا تھا۔

کسی سیانے اور پرانے بزرگ نے ایک ٹوٹکہ بتایا کہ اب جب سانپ ماریں تو پھینکیں نہیں بلکہ اس کو غسل دے کر کفن دیں اور احترام سے دفن کریں۔ بات تو عجیب تھی لیکن مجبوراً ایسا کیا یعنی چند دنوں کے بعد سانپ مارا اور پھر کفن دفن کیا۔ بس وہ دن اور آج کا دن کبھی سانپ نہ آیا۔ قارئین یہ کیا ہے؟ ویسے میری سالہا سال کی زندگی کے تجربات ہیں اور محدثین اور تجربہ کار لوگوں نے کتب میں لکھا ہے کہ جنات کی ایک قسم سانپوں کی شکل میں ہوتی ہے خود میرے ساتھ بھی اس قسم کے واقعات ہوئے ہیں۔ باقی آئندہ تحریر کروں گا۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

میرے پاس تو لوگ آتے رہتے ہیں کہ ہمیں روحانی علوم کا شوق ہے۔تو میں کہتا ہوں کہ میرے پاس ٹوٹا پھوٹا جو بھی ہے، آپ کی امانت ہے

علم بانٹنے سے بڑھتا ہے

آپ کو ایک دل کی بات ،خلوص سے عرض کرتا ہوں ۔میرے دوستو جو بھی بن دیکھی ،ان دیکھی زندگی کو لیکر چلے گا (جو اللہ کے احکامات کی زندگی ہے) وہ دنیا میں ضرور کامیاب ہوا ہے۔اس کو عشق کی زندگی کہتے ہیں۔ایک وہ عشق ہے جس کو ہم آجکل استعمال کر رہے ہیں اور ایک عشق وہ ہے جس کا قرآن میں تذکرہ ہے۔'' **والذین امنو اشد حبًا اللہ** '' محدثین نے لکھا ہے کہ اس کا تعلق عشق سے ہے (اللہ کی ذات عالی کے ساتھ۔) میں نے ایک جوان کو دیکھا ،مغرب کی نماز تھی۔اس نے جس عاجزی اور درد کے ساتھ دعا کی اور سجدہ کیا وہ عجیب تھا۔ مجھے پتہ تھا کہ اس کو کوئی عشق لگا ہوا ہے۔میں نے کہا اللہ پاک تو مجھے بھی اپنی ذات عالی کا ایسا عشق عطا کر دے۔ میں نے ایک آدمی کو دیکھا وہ ہاتھ سیدھے رکھ کر سجدے کرتا تھا، لمبے لمبے اور لمبی لمبی نمازیں پڑھتا تھا۔مسجد میں سب سے پہلے آکر صفیں بچھانا، صحن میں پانی لگانا اور پتہ نہیں کیا خدمت کرتا۔ میں نے سوچا یا کریم اس کے اندر انقلاب کہاں سے آیا ہے؟ ہائے ہائے اور پھر جب اس کو وہ دنیاوی چیز مل گئی، اسی شخص کو میں نے دیکھا کہ پھر فرض نماز سے بھی چھٹی۔ یہ مخلوق کا عشق ہے اگر خالق کا عشق ہوتا تو اس کو اللہ پاک اپنا وہ تعلق دیتا اور اپنی وہ محبت دیتا جو بیان سے باہر ہے۔آج میرے پاس ایک صاحب آئے کہنے لگے کہ جی میں نے آپ کی فلاں کتاب پڑھی ہے اور مجھے عملیات سیکھنے کا شوق ہے۔میرے پاس تو لوگ آتے رہتے ہیں کہ ہمیں روحانی علوم کا شوق ہے۔تو میں کہتا ہوں کہ میرے پاس ٹوٹا پھوٹا جو بھی ہے، آپ کی امانت ہے۔ مجھے بھی کہیں سے امانت ملی ہے۔ بخل کی کیا ضرورت ہے۔ علم بانٹنے سے بڑھتا ہے۔کم نہیں ہوتا۔لیکن میں نے اس سے پوچھا کہ تو یہ علم کیوں حاصل کرنا چاہتا ہے؟ اس نے کہا کئی وجوہات ہیں۔اس میں ایک وجہ یہ عشق بھی تھا۔آپ یقین مانئے اللہ جل شانہ کی محبت کا جس نے جام پی لیا اس نے عجیب لذتیں اور عہدے پالئے ۔دنیا کے عہدوں کی لذتیں ہوتی ہیں۔کرنل صاحب بریگیڈیئر بن گئے۔عہدے کی لذت ہے، گاڑی بڑھ گئی، رینک بڑھ گیا اور سارا نظام اوپر ہو گیا ہے۔ایک کلرک سینئر کلرک بن گیا۔پھر ہیڈ بن گیا۔ پھر ایک چھوٹا افسر جی ایم ، ڈائریکٹر جنرل بن گیا، عہدے بڑھ گئے، لذتیں بڑھ گئیں۔مال کی لذتیں ہیں، چیزوں کی لذتیں ہیں۔مگر کبھی ہم نے سوچا کہ اللہ کے نام کی محبت کی لذت مل جائے۔مگر یہ مسئلہ غیب میں اٹکا ہوا ہے۔ میں غیب کو بیان کر رہا ہوں۔میں ایک دفعہ پوسٹ مارٹم والے کمرے میں کھڑا تھا کہ ایک مردہ جسم آیا۔ایک نے کہا کیا ہوا؟ دوسرے نے کہا گڑھی شاہو کا ایڈریس ہے، اس کی لڑائی ہوئی کسی نے اس کے سینے میں سوا مارا اور یہ وہیں مر گیا۔میں اس کے جسم کو دیکھ رہا تھا 29 یا 30 سال کا جوان تھا۔اس کے جسم کو دیکھ کر سوچا کہ اس کا جسم صرف تیس سال کے لیے آیا تھا اور غیب کا نظام دے کر بھیجا گیا تھا کہ تیرے پاس غیب کا نظام ہے کہ تو نے بس تیس سال دنیا کے اندر رہنا ہے۔اس کے ساتھ ایک مردہ جسم پڑا تھا۔جو (80) یا (85) سال کا تھا۔ایک کو تیس سال کے لیے غیب کا نظام دیا گیا تھا اور ایک کو اسی سال کے لیے غیب کا نظام دیا گیا تھا۔

مقام ولایت کو مقام تقویٰ کہتے ہیں

میرے محترم دوستو! غیب کا نظام دے کر مجھے اور آپ کو اللہ نے اس جہاں میں بھیجا ہے۔اس غیب کے نظام کو سمجھیں۔ ایک غیب کا نظام ہے، ایک مشاہدے کا نظام ہے۔قرآن کی ابتداء غیب کے نظام سے شروع ہوتی ہے۔ اللہ نے تقویٰ والوں کے جو صفات بیان کی ہیں ان میں پہلی صفت غیب کی صفت ہے۔متقی کسے کہتے ہیں؟ ولی کو متقی کہتے ہیں۔ مقام ولایت کو مقام تقویٰ کہتے ہیں اور اس میں پہلی صفت غیب کا نظام ہے۔اب غیب کے نظام کی ایک صفت سمجھیں۔ ایک گناہ کا موقع ہے، ایک نافرمانی کا موقع ہے، ایک حرام کا موقع ہے۔اس حرام کا تعلق رزق سے ہے یا جسم سے ہے یا کسی بھی نظام سے ہے۔کوئی نہیں دیکھ رہا یہ رزق کو حرام یا کسی چیز کو حرام کرنا چاہتا ہے۔اب ایک غیب کا نظام جس کا اس کو اگر یقین ہے تو یہ فوراً کہے گا کہ کوئی دیکھ رہا ہے۔ یقین جانئے جس نے غیب کے نظام کو سمجھ لیا، اس کی طاقت بڑھ جائے گی۔آج میں نے چار لفظوں کی تاثیر کو اپنی آنکھوں سے دیکھا۔ **" یا حلیم ، یا علیم ، یا علی ، یا عظیم "** آیت الکرسی کے آخر میں ہے، **"و ھو العلی العظیم"** یہ انہی چار لفظوں میں سے ہے۔ ایک بہت بڑی مشکل تھی۔ مجھے اللہ کی ذات عالی سے امید تھی اللہ کے نام کی برکت سے اللہ پاک اس مشکل کو حل کر دیں گے۔ آپ یقین جانئے جب غیب کے نظام کی طرف یقین بڑھتا ہے تو پھر ہماری دعاؤں کی تاثیر بڑھ جاتی ہے۔ پھر اللہ سے دعاؤں کے قبول ہونے کا یقین ہو جاتا ہے اور پھر دل کہتا ہے کہ جو پڑھوں گا، اللہ دے گا۔ جب ہم غیب کے یقین کو، غیب کے نظام کو سمجھیں گے تو یقین پیدا ہو گا۔

مظلوم کی بددعا سے بچو

دیکھو بات سنو! دعا الفاظ کا نام نہیں، کیفیات کا نام ہے۔ کعبۃ اللہ کے سامنے رات کے بارہ یا ایک بجے کا وقت تھا۔ لوگ بہت کم تھے۔ میں نے ایک اللہ والے سے عرض کیا کہ کوئی دعا بتائیں۔اس شخص نے مجھے جواب دیا، دعا نہیں بتائی۔ کہنے لگے کہ دعا الفاظ کا نہیں کیفیات کا نام ہے۔اب اس لفظ کی اگر کسی کو سمجھ آجائے تو اس کا کام بن جائے گا ۔ایک چیز سوچئے کہ مظلوم کے پاس دعا کے لیے کیا کوئی خاص لفظ ہوتے ہیں؟ کیوں کہتے ہیں کہ مظلوم کی بددعا سے بچو۔اس کے پاس دعا ہوتی ہے یا کیفیت ہوتی ہے؟ میں نے ان سے عرض کیا کہ کوئی خاص لفظ بتائیں، کعبہ سامنے ہے۔ **(جاری ہے)**

ہلدی کی پکار، مریضوں کے لیے

بائیس امراض کیسے ختم، ہوں یہ ہلدی کی زندہ کرامات ہیں

چہرے کے داغ دھبوں کو دور کرنے کے لیے ہلدی میں سرسوں کا تیل ملا کر چہرے پر لگانے سے چہرے کا رنگ نکھر آتا ہے اور داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں

عربی عروق الصفر فارسی زرد چوب
سندھی ہیڈ انگریزی Turmeric

اس کا رنگ زرد اور ذائقہ تلخ ہوتا ہے۔ اسکا مزاج گرم اور خشک ہے۔ اس کی مقدار خوراک ایک ماشہ سے تین ماشہ تک ہے۔ اس کے درج ذیل فوائد ہیں۔

(1) آنکھوں کی بینائی کی تیز کرتی ہے اور آنکھوں کی جملہ بیماریوں میں مفید ہے۔ (2) ہلدی کو دانت درد کے لیے متاثرہ دانت پر رکھ کر چبانا فائدہ مند ہے۔ (3) گہرے سے گہرے زخم پر ہلدی کو ہمراہ پانی پتھر پر گھس کر لگانے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ (4) برص (پھلبہری) کو دور کرنے کے لیے ہلدی کو باریک کر کے صبح وشام چار ماشہ سفوف ہلدی ہمراہ پانی کھلائیں اور دن میں دو تین بار ہلدی پتھر پر پانی کے ساتھ گھس کر داغوں پر لگانے سے بہت جلد برص دور ہو جاتی ہے۔ (5) جگر کا سدہ کھولتی ہے۔ (6) ورموں کو تحلیل کرتی ہے اور تسکین دیتی ہے۔ ایسی صورت میں ہلدی پانی میں رگڑ کر لیپ کرتے ہیں (7) پرانا ناسور بھی ہلدی تین ماشہ دن میں دو تین مرتبہ گھس کر لگانے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔

(8) خارش کو دور کرنے کے لیے پانچ تولہ ہلدی تقریباً چار کلو پانی میں جوش دیں۔ پانی جب ایک کلو رہ جائے تو اسے چھان کر بوتل میں بند کر لیں۔ رات کے وقت متاثرہ جگہوں پر وہ پانی لگائیں اور صبح نہالیں۔ دو تین روز میں افاقہ ہوگا۔

(9) ہلدی کو بطور ابٹن بھی استعمال کیا جاتا ہے، اس سے جلد صاف اور نرم ہو جاتی ہے۔ (10) پرانا سوزاک دور کرنے کے لیے چھ چھ ماشہ ہلدی صبح وشام ہمراہ پانی کھلانا بے حد مفید ہے۔ (11) ہلدی کو پانی کے ساتھ پتھر پر گھس کر رات کو سوتے وقت لگانے سے چنبل دور ہو جاتا ہے۔

(12) یرقان میں صبح وشام تین تین ماشہ ہلدی ہمراہ پانی یا عرق مکو کھلانا مفید ہے (13) جریان میں بھی ایک ماشہ ہلدی صبح وشام پانی یا دودھ کے ساتھ لینا انتہائی مفید ہے۔

(14) ہلدی کو گھس کر بواسیر کے مسوں پر لگانے سے جلن یا کھجلی وغیرہ دور ہو جاتی ہے۔ (15) سانپ کے ڈسنے کی صورت میں مریض کو پانچ تولہ ہلدی آدھ پاؤ گرم دودھ میں رگڑ کر تھوڑی تھوڑی دیر بعد پلانے سے مریض جانی خطرے سے محفوظ ہو جاتا ہے۔ اس دوران اسے فوری طور پر ہسپتال آسانی سے لے جایا جا سکتا ہے، لیکن نسخہ ہر دس پندرہ منٹ بعد مریض کو دیتے رہیں۔ اگر ہسپتال نہ جایا جا سکے تو زہر کے دور ہونے تک مقدار خوراک پانچ تولہ ہی رکھیں، بعد میں پندرہ دن تک تین تین ماشہ ہلدی دودھ کے ساتھ صبح وشام کھلاتے رہیں اور ڈسی ہوئی جگہ پر ہلدی کا لیپ بھی کریں۔

(16) باؤلے کتے کے کاٹنے پر مریض کو ایک تولہ ہلدی پانی کے ساتھ دن میں دو بار کھلانا مفید ہوتا ہے اور کاٹی ہوئی جگہ پر ہلدی کا لیپ کرنا بھی ضروری ہے۔ اس سے زخم جلدی بھر جاتا ہے۔ (17) چوٹ لگنے یا موچ آنے کی صورت میں ہلدی اور چونا ہم وزن رگڑ کر لیپ کرنا مفید ہے۔

(18) زکام اور نزلہ میں ہلدی کو دہکتے ہوئے کوئلوں پر ڈال کر دھونی لینا مفید ہوتا ہے۔ نزلہ کی شدت فوری طور پر کم ہو جاتی ہے، مگر یہ دھونی شام کو لینی چاہئے اور دھونی لینے کے بعد دو تین گھنٹے تک کچھ نہیں کھانا چاہئے۔ (19) چہرے کے داغ دھبوں کو دور کرنے کے لیے ہلدی میں سرسوں کا تیل ملا کر چہرے پر لگانے سے چہرے کا رنگ نکھر آتا ہے اور داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں۔ (20) ہلدی کو بھون کر سونٹھ اور چینی ملا کر کھانے سے جوڑوں کا درد دور ہو جاتا ہے۔

(21) ہلدی خون صاف کرتی ہے، ایک ماشہ ہمراہ پانی دس دن تک استعمال کرنا مفید ہے۔ (22) بلغم کو دور کرتی ہے، جگر اور سینے کو صاف کرتی ہے۔

ریت پھانکنا، مٹی کھانا

کبھی کبھی آپ عالم جذب میں یہ بھی فرماتے تھے کہ "اگر میرے لئے ریت کا پھانکنا یا مٹی کا کھانا درست ہوتا تو میں اس پر ہی قناعت کر لیتا

حضرت ابو یحییٰ مالک بن دینار البصریؒ کی دنیا سے بے تعلقی کا یہ عالم تھا کہ آپ بسا اوقات مسجد میں سے کنکریاں اٹھا کر فرماتے "کیا اچھا ہوتا اگر تمام دنیاوی ضرورتوں کیلئے صرف یہ کنکریاں کافی ہوتیں اور میں کھانے پینے کی تمام چیزوں سے مستغنی ہو کر ان پر ہی اکتفا کر سکتا۔" کبھی کبھی آپ عالم جذب میں یہ بھی فرماتے کہ "اگر میرے لئے ریت کا پھانکنا یا مٹی کا کھانا درست ہوتا تو میں اس پر ہی قناعت کر لیتا۔ ایک مرتبہ آپ نے اپنے ایک ساتھی سے فرمائش کی کہ دودھ اور روٹی لائے۔ اس نے خواہش کی فوراً تعمیل کی۔ حضرت مالک نے دودھ روٹی پر ڈال دیا اور سے ہاتھ میں لے کر الٹ پلٹ کرنے لگے پھر روٹی کو مخاطب کر کے ارشاد فرمایا۔ میں چالیس سال سے اب تک برابر اپنے نفس کو تجھ سے روکتا رہا ہوں اور خدا کا شکر ہے اس میں میں اپنے عزم میں کامیاب رہا لیکن افسوس آج تو میرے قریب آ گئی ہے اور چاہتی ہے مجھ پر غالب آ جائے۔ چل ہٹ دور ہو جا یہ فرما کر آپ نے روٹی ہٹا دی اسے تناول نہیں فرمایا۔

ابو الحسن البصری کا بیان ہے کہ ایک دفعہ حضرت مالک بن دینار جیل خانے کا معائنہ کرنے گئے وہاں انہوں نے ایک ایسا شخص دیکھا جو خراج کی رقم میں خیانت کرنے کے الزام میں قید تھا اور اس کے پاؤں میں بیڑیاں پڑی ہوئی تھیں۔ اس قیدی نے حضرت مالک کو دیکھ کر کہا۔ "حضرت! کیا آپ کو میری تکلیف پر رحم نہیں آتا؟ ابھی حضرت اس کی بات سن ہی رہے تھے کہ ان کی نظر ایک چھوٹی سی ٹوکری پر پڑی انہوں نے پوچھا "یہ کس کی ہے"۔

قیدی نے جواب دیا "میری ہے۔" آپ نے ٹوکری میں جھانک کر دیکھا تو معلوم ہوا کہ اس میں بھنا ہوا مرغ اور کئی قسم کے حلوے رکھے ہیں۔ یہ دیکھ کر آپ نے قیدی سے فرمایا۔ "میاں یہی تو وہ چیزیں ہیں جنہوں نے تمہارے پاؤں میں بیڑیاں ڈلوائی ہیں تو پھر غم کس بات کا ہے" آپ نے یہ فرمایا اور وہاں سے روانہ ہو گئے۔

قدرت کا بیوٹی بکس، آپ کے گھر میں

انتخاب: محمد عرفان علی، لاہور

بیوٹی پارلرز میں مختلف کیمیائی اجزا پر مشتمل یہ ماسک بہ کثرت استعمال ہوتے ہیں جب کہ قدرتی اجزا سے تیار ماسک، گھر میں آسانی سے بن سکتے ہیں اور بہت مفید بھی ثابت ہوتے ہیں۔ خوبصورت جلد حاصل کرنے والوں کے لیے خصوصی تحریر

حسن بخش لیپ:۔ اسے آج کل ''فیس ماسک'' کہا جاتا ہے۔ بیوٹی پارلرز میں مختلف کیمیائی اجزا پر مشتمل یہ ماسک بہ کثرت استعمال ہوتے ہیں جب کہ قدرتی اجزا سے تیار ماسک، گھر میں آسانی سے بن سکتے ہیں اور بہت مفید بھی ثابت ہوتے ہیں۔ ان کے استعمال سے جلد میں ایک نئی جان پڑ سکتی ہے، کیل مہاسے دور ہوتے ہیں، جلن اور سوزش سے نجات مل جاتی ہے۔ جلد کی خشکی دور کی جا سکتی ہے اور مردہ جلد کے خلیات دور کر کے جلد بحال اور جھریاں دور کی جا سکتی ہیں۔

ماسک لگانے کے لیے ضروری ہے کہ:۔ (1) ماسک لگانے سے پہلے آپ اپنے بال پیچھے کر کے ان پر کوئی کپڑا باندھ لیں تا کہ بال اور کپڑے محفوظ رہیں۔ (2) ماسک لگانے سے پہلے چہرہ اچھی طرح صاف کریں۔ (3) لیپ یا ماسک کو خاصا گاڑھا ہونا چاہیے تا کہ اس میں شامل اشیا جلد پر اچھی طرح لگ جائیں، لیکن اتنا گاڑھا بھی نہ ہو کر نوچ کر نکالنا پڑے۔ ماسک آنکھوں اور ہونٹوں پر نہ لگے۔ (4) ماسک کو چہرے پر 15 منٹ تک لگا رہنے دیں اور پھر پانی سے اچھی طرح دھو لیں اور یہ یاد رکھیں کہ پانی سے دھونے کے بعد جلد خشک ہو سکتی ہے، اس لیے چہرے پر جلد کو نم رکھنے والی کوئی شے مثلاً عرقِ گلاب میں شامل گلیسرین کی چند بوندیں لگا لیں۔

قدرتی لیپ:۔ ان سے فائدے کے لیے ضروری ہے کہ تازہ پھل اور سبزیاں حاصل کی جائیں۔ یہ بھی ضروری ہے کہ انہیں قدرتی کھاد دی گئی ہو۔ انہیں اچھی طرح دھو لینا بھی ضروری ہے، کیوں کہ ان پر کیڑے مار دوائیں وغیرہ بھی چھڑکی جاتی ہیں۔ یہ قدرتی لیپ چوں کہ بہت جلد خراب ہو جاتے ہیں، اس لیے درکار مقدار میں ہی تیار کرنے چاہئیں۔ ان کی تیاری بھی مشکل نہیں ہوتی۔ اپنے باورچی خانے کا جائزہ لیں تو ان میں سے کئی چیزیں مثلاً دہی، انڈے اور شہد گھر میں ہی مل جائیں گے بلکہ روز آنے والے کئی پھل اور سبزیاں بھی حسن کے نکھارنے میں کام آ سکتی ہیں۔

کیلا:۔ حسن بخش پھلوں میں کیلے کا بڑا اہم مقام ہے۔ حیاتین سے بھرپور یہ پھل جلد اور بالوں کے لیے بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس میں کیلیں اور داغ دھبے دور کرنے کی بھی بڑی صلاحیت ہوتی ہے۔ چھیلنے کے بعد کیلا بھوری رنگت اختیار کر لیتا ہے۔ جس سے اس کی تاثیر ختم نہیں ہوتی۔ کیلا ہمیشہ بے داغ لینا چاہیے۔

جلد کی خشکی کے لیے:۔ جلد کی خشکی دور کر کے اسے تر و تازہ رکھنے کے لیے کھانے کا ایک چمچ کیلے کا گودا ایک چائے کا چمچ شہد ملا کر اچھی طرح ایک جان کر کے چہرے کی صاف کی ہوئی جلد اور گردن پر لگائیں۔ آنکھیں محفوظ رہیں۔ لیپ لگانے کے ۲۰ منٹ بعد نیم گرم پانی سے چہرہ اور گردن دھو لیں۔

خشک بالوں کے لیے:۔ بالوں کے لحاظ سے کیلے کے گودے میں بادام کا تیل اتنا ملائیں کہ ذرا پتلا سا لیپ بن جائے جو بالوں اور ان کی جڑوں پر لگانے کے لیے کافی ہو۔ اسے لگانے کے بعد سر کو پلاسٹک کی ٹوپی یا تھیلی سے ڈھک کر اوپر سے تولیہ لپیٹ لیجیے۔ اس کا ہفتے میں ایک بار استعمال کافی ہے۔

پپیتا:۔ وسطی امریکہ کا یہ پھل برصغیر میں صدیوں سے استعمال ہو رہا ہے۔ ہاضمے کی بہتری کے علاوہ اس میں موجود اہم غذائی اجزا صحت اور توانائی کا سامان مہیا کرتے ہیں۔ اس میں ہاضم خمیر (انزائم) خوب ہوتے ہیں، اس لیے جلد پر اس کے لیپ سے مردہ خلیات بڑی عمدگی سے دور کیے جا سکتے ہیں اور کیلیں، داغ دھبے بھی دور ہو سکتے ہیں۔ اس طرح جلد نکھر جاتی ہے۔ کھردری جلد سے نجات کے لیے دو چائے کے چمچے پکے پپیتے کا گودا اچھی طرح گھوٹ لیجیے اور اس میں ایک چائے کا چمچ شہد اچھی طرح ملا کر اسے چہرے اور گردن پر لیپ کر کے ۱۵ منٹ بعد دھو لیں اور موئسچرائزر لگا لیں۔

دھبوں اور کیلوں کے لیے:۔ پپیتے کے گودے میں شہد کی جگہ بغیر بالائی کا دہی ملا کر لگائیں یہ لیپ آنکھوں اور ہونٹوں پر نہ لگے۔ ۱۵ منٹ بعد گرم پانی سے دھو لیں۔

پھولی آنکھوں کے لیے:۔ آنکھ کے اطراف کی جلد پھول گئی ہو تو آنکھیں بند کر کے اس کے پتلے پتلے قتلے پھولی ہوئی جگہ پر رکھ کر ۵ منٹ بعد گرم پانی سے دھو لیں۔

کھردری جلد کے لیے:۔ پکے پپیتے کے چھلکے کا اندرونی حصہ پورے جسم پر ملیں۔ اس سے دوران خون بھی تیز ہو گا۔ ۱۵ منٹ بعد نیم گرم پانی سے دھو لیں۔

سیب:۔ اس میں پائے جانے والے خمیرات (انزائمز) میں جلد کے مردہ خلیات اور بیکٹریا دور کر کے جلد نکھارنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ اس سے گومڑیاں، پھنسیاں اور کیلیں دور ہو جاتی ہیں۔ سیب کے لیپ سے جلد کی تیزابیت بحال ہو جاتی ہے اور وہ چھوت دسرایت (انفکیشن) سے محفوظ رہتی ہے۔ جلد کے ریشوں کو سیب میں موجود حیاتین الف (وٹامن اے) اور ج (سی) سے غذائیت ملتی ہے اور وہ بڑھتے اور اپنی مرمت و اصلاح کرتے ہیں۔ ملی جلی یعنی خشک و چکنی جلد کے لیے سیب کا گودا بقدر ضرورت جلد پر لگا کر ۱۵-۲۰ منٹ بعد اچھی طرح دھو کر موئسچرائزر لگائیں۔

کیل، مہاسوں کے لیے:۔ سیب کی پتلی قاشیں کاٹ کر تھوڑے سے پانی میں دھیمی آنچ پر گلا کر نرم گودا سا بنا کر ٹھنڈا ہونے کے بعد چہرے پر لگا لیں۔ ۱۵ منٹ بعد دھو لیں۔

بالوں کی خشکی کے لئے: دو کھانے کے چمچے گرم پانی میں سیب کا رس (دو کھانے کے چمچے) ملا کر سر پر ملیں اور ۱۰ منٹ بعد سر دھو دیں۔ یہ عمل ہفتے میں ۲ یا ۳ مرتبہ کریں۔

دھوپ کا اثر:۔ دھوپ سے جھلسی ہوئی جلد کے لیے سیب کی قاشیں متاثرہ حصے پر رکھیں۔ اس سے ٹھنڈک پڑ جائے گی اور ورم بھی کم ہو جائے گا۔

ملحوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے مشکور ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔

عبقری کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ''عبقری'' کے پکوان میں ضرور بھیجیں

خوبانی کسٹرڈ

اجزاء :۔ خوبانی ایک کلو، کسٹرڈ 2 چمچ، چینی 3 پاؤ، دودھ 1/2 کلو

ترکیب :۔ خوبانی کو دھو کر رات بھر پانی میں بھگو رکھیں صبح اس کے بادام نکال کر اسی پانی میں گلنے کے لیے چولہے پر رکھ دیں جب گل جائیں تو اچھی طرح گھوٹ لیں اور تقریباً آدھ کلو چینی ڈال کر پکائیں۔ چینی مکس ہو جائے تو اتار لیں اب کسٹرڈ ڈال دیں۔ خوبانیوں کی گٹھلیوں سے بادام نکال کر ڈش کو ان سے سجائیں اور ٹھنڈا کر کے کھانے کے لیے پیش کریں۔

حلیم

اجزاء :۔ گندم کا دلیہ 1/2 کلو، مونگ کی دال ایک چھٹانک، چنے کی دال ایک پاؤ، ماش کی دال ایک چھٹانک، مسور کی دال اور چاول ایک چھٹانک، مرغ کا گوشت ایک کلو، دہی ایک پاؤ، نمک مرچ حسب پسند، (ہری مرچ، گرم مصالحہ اور دھنیا حسب ضرورت)

ترکیب :۔ گندم کا دلیہ اور تھوڑا سا نمک ڈال کر پکنے کے لیے رکھ دیں۔ دالیں اور چاول چن کر اکٹھے بھگو دیں جب دلیہ گل جائے تو دالیں ڈالدیں تھوڑی سی سرخ مرچیں اور ادرک لمبائی کے رخ پر کاٹ کر ملا دیں۔ دالیں گل کر یکجان ہو جائیں تو اتار لیں اب ایک دیگچی میں پیاز تین عدد کاٹ کر ڈالیں اور براؤن کریں۔ لہسن ادرک ایک ایک چمچ پسا ہوا ڈال کر مزید بھونیں۔ اب اس میں گوشت ڈال کر بھونیں۔ اس کے بعد دہی اور مصالحے ڈالدیں اور ڈھانپ کر رکھ دیں۔ دہی کا پانی خشک ہو جائے تو گوشت بھونیں پھر دالیں ڈال کر چند منٹ پکائیں۔ اب گرم مصالحہ ملائیں اور اچھی طرح گھوٹ لیں۔ کچھ دیر بعد ہری مرچیں اور دھنیا ڈالیں اور ادرک باریک کاٹ کر گارنش کریں۔ چاہیں تو براؤن کی ہوئی پیاز اور لیموں سے بھی ڈش کو سجا سکتے ہیں۔ مزیدار حلیم تیار ہے۔

(مرسلہ: رفعت خانم۔۔۔ فیصل آباد)

افریقی شامی کباب

اجزاء :۔ قیمہ آدھ سیر، چنے کی دال آدھ سیر، گرم مصالحہ آدھ چھٹانک، کیلے تین عدد سخت، انڈے دو عدد، گھی ایک پاؤ، ہری مرچ آدھ چھٹانک، نمک حسب خواہش، سلاد بنا کر رکھیں۔

ترکیب : قیمہ دھو کر دال ڈال کر پریشر ککر میں پکائیں۔ جب قیمہ باریک ہو جائے تو کیلا باریک کاٹ کر شامل کر لیں۔ اب ان کی ٹکیاں بنالیں۔ دونوں انڈے مع زردی اور سفیدی پھینٹ کر ٹکیوں کو اچھی طرح ان میں بھگو کر گرم گھی میں تلتے جائیں۔ ہلکے سرخ ہونے پر اتار لیں۔ ذائقے دار شامی کباب تیار ہو گئے۔

گیس، تبخیر ختم

(اشتیاق احمد۔۔۔ سکھر)

محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

میں آپ کے ماہنامہ ''عبقری'' سے بہت متاثر ہوں اور ہر ماہ آپ کے شمارے کا انتظار بڑی بے چینی سے کرتا ہوں۔ اس کو پڑھنے سے دل کو سکون ملتا ہے۔ ماہنامہ عبقری کے لیے میری تحریر قبول فرمائیں۔ میرے ماموں کو گیس اور تیزابیت عرصہ دراز سے ہے۔ ایک دفعہ ایک بزرگ نے فرمایا تم کو جو گیس اور تیزابیت ہے اس کے لیے عرق شیریں استعمال کروں۔ یہ ہمارے شہر سکھر میں ہی بنتا ہے اکثر بچوں ہی کو دیا جاتا ہے۔ ماموں کہنے لگے میں نے عرق شیریں کی آدھی بوتل پی ہے۔ اسکے بعد میری یہ بیماری ختم ہو گئی ہے۔ کہنے لگے اس کے بعد اسکا علاج سینکڑوں بندوں پر آزمایا ہے۔ جس کو بھی بتایا ہے وہ عرق شیریں کا گرویدہ ہو گیا ہے۔ ہمارے ایک دوست ہیں وہ لاڑکانہ میں حکمت پڑھاتے ہیں۔ وہ بتاتے ہیں ہم اپنے اسٹوڈنٹ کو لیکر کراچی اسٹیل مل کے پاس جنگل میں جڑی بوٹیوں پر ریسرچ کے لیے گئے۔ جنگل میں ہم نے ایک عجیب پھل دیکھا بالکل لال سرخ تھا۔ میں نے اور میرے اسٹوڈنٹ نے مل کر وہ پھل کھائے۔ اس کے آگے کہتے ہوئے شرم آ رہی ہے، پھر بھی اس لیے لکھ رہا ہوں کیا پتہ کسی کا بھلا ہو جائے۔ (آپ بھی اس پھل پر ریسرچ ضرور کیجئے گا) وہ کہنے لگے میری بیگم مجھ سے ناراض ہو گئی تم نے ایسی کیا چیز کھالی ہے؟ آخر اس نے مجھے دھکے دیکر کمرے سے نکال دیا۔ باہر نکلا تو دیکھتا ہوں جتنے بھی میرے ساتھ اسٹوڈنٹ تھے سب کے سب باہر بیٹھے ہوئے تھے۔ مجھ سے کہنے لگے سرقوت نے ہمیں بہت بے چین کر دیا تھا۔ یہ کیا دوائی تھی؟

روزگار کی مشکلات آسان ہوگئیں

لامحدود رزق پانے کا انمول وظیفہ

﴿الرزاق﴾ جل جلالہ

﴿رزق دینے والا﴾ ﴿عدد = ۳۰۸﴾

رزاق وہ ذات ہے جس نے رزق پیدا کیا اور اپنی مخلوق تک پہنچایا اور ایسے اسباب سمجھا دیئے جن سے ہر شخص بخوبی اپنی حاجت پوری کر سکے۔ رزق کی دو اقسام ہیں ایک رزق جسم کا مثلاً اناج میوہ جات وغیرہ، دوسرا رزق روح کا اور وہ علوم و معارف ہیں۔ دوسری قسم کا رزق پہلی قسم سے بدرجہا بہتر ہے کیوں کہ پہلی قسم جسم فانی کو تقویت دیتی ہے اور چند روزہ زندگی میں اسے راحت پہنچاتی ہے اور دوسری قسم کا رزق ابدالآباد کی زندگی کا زادِ راہ ہے۔ (امام غزالیؒ)

جب ظاہر اور باطن کے رزق کا رزاق ایک خدائے تعالیٰ وحدہٗ لاشریک ہے تو دوسرے کے دروازے پر جا کر ہاتھ پھیلانے کی ضرورت ہی کیا ہے؟ جہاں سوال کی اجازت نہیں۔ جو دوسرے کے دروازے پر جائے گا (حدود شرع سے باہر ہو کر) اللہ تعالیٰ اس سے ناراض ہو جائے گا۔

ہاں البتہ اللہ تعالیٰ سے مانگے اور اس کو اپنا مددگار بنانے کے بعد اسباب رزق میں ہاتھ ڈالے۔ ان میں پوری محنت اور کوشش کرے۔ اسباب کی منڈی اور تجارت کے مرکز سے لاکھوں روپیہ کما کر لائے اور اس رزق کو محض اللہ تعالیٰ کا فضل و کرم خیال کرے تو ایسا شخص اگرچہ ساری دنیا کے خزانوں کا مالک ہو جائے پھر بھی وہ اعلیٰ درجہ کا خدا پرست اور خدا کا دوست کہلائے گا۔ (حضرت لاہوریؒ)

خوش قسمت ہے وہ انسان جس کو اللہ تعالیٰ نے مال و دولت دی اور وہ مخلوق خدا کی جسمانی حاجتیں پوری کرتا ہے اور اس کی زبان کو دلوں کے ارزاق (یعنی اذکار الٰہیہ مثلاً قرآن وحدیث شریف) کا مخزن بنایا۔ (امام غزالیؒ)

وسعت رزق:

جو کوئی اس کو پانچ سو پینتالیس (۵۴۵) مرتبہ پڑھے رزق اس کا کشادہ ہو اور کوئی دشواری اور درماندگی نہ دیکھے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 16 پر دیکھیں)

بزرگ بابا یکایک میری آنکھوں سے غائب ہو گئے

اس ڈریسنگ ٹیبل کے آئینے میں مجھے وہ بزرگ نظر آئے کہنے لگے میں نے تمہیں کہا تھا کہ میرا ذکر کسی کے آگے نہ کرنا

قارئین! آپ کا بھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے

میرا نام اخلاق احمد ہے۔ میں پشاور شہر کا رہنے والا ہوں۔ یہ سچا واقعہ میری والدہ شگفتہ پروین کے ساتھ پیش آیا۔

یہ سچا واقعہ میری والدہ کی زبانی خود سنیں:

میں گھر میں اکیلی رہتی تھی۔ شوہر صبح کام پر جاتے اور رات کو واپس آتے۔ اسوقت میرے 2 بچے تھے۔ بیٹی بڑی تھی، بیٹا چھوٹا تھا۔ بیٹے کی عمر اسوقت تقریباً 8 ماہ تھی۔ گھر کے کام ختم کر کے بھی وقت ہی نہ گزرتا۔ اکیلے بیٹھے بیٹھے بور ہو جاتی تھی۔ بیٹے کو گھر میں سلا دیتی اور بیٹی کو ساتھ ہمسائی کے گھر لے جاتی۔ میری ہمسائی اس زمانے میں خشک فروٹ صاف کرنے کا کام کرتی تھی۔ میں وقت گزارنے کے لیے اس کے گھر چلی جاتی۔ ایک دن میں ہمسائی کے گھر بیٹھی ہوئی تھی کہ محلے کی ایک دوسری ہمسائی نے مجھے بلا کر آواز دی کہ آؤ باہر کوئی بزرگ بابا آئے ہیں اور تمہارا پوچھ رہے ہیں۔ میں باہر نکلی تو واقعی بزرگ بابا کھڑے مجھے بلا رہے تھے کہ بیٹی اپنے گھر کا دروازہ کھولو میں تمہارے گھر جانا چاہتا ہوں۔ میں نے گھر کا دروازہ کھولا مجھے ان سے کوئی خوف و خطرہ نہیں محسوس ہو رہا تھا۔ گھر آنے کے بعد بزرگ بابا نے کہا میں حاجی بہادر بابا کی قبر سے آیا ہوں جو کہ کوہاٹ میں واقع ہے۔ کہنے لگے بیٹی ڈرو نہیں تم دین و دنیا میں میری بیٹی ہو۔ قیامت تک میری بیٹی رہو گی۔ میرے سر پر شفقت سے ہاتھ پھیرا، ڈھیر ساری دعائیں دیں۔ پھر کہنے لگے کہ تم نے بیٹے کے دایاں بازو کے ساتھ غوث اعظم کے نام کے 11 روپے باندھے ہیں وہ کھولو اور مجھے لا دو۔ میں حیران ہو کر انکی باتوں کو سن رہی تھی کہ ان کو کیسے معلوم کہ میں نے بیٹے کے بازو کیساتھ غوث اعظم کے نام کے 11 روپے باندھے ہیں۔ خیر میں نے وہ پیسے کھولے اور لا کر بزرگ کو دے دیے۔ کہنے لگے کہ بیٹی تمہارے جو برے حالات ہیں، بچے بڑے ہونگے تو اللہ تعالیٰ حالات اچھے کر دیگا۔ تمہارا یہ جو بیٹا ہے اسے زندگی میں دو بار سخت چوٹیں آئیں گی۔ لیکن اللہ تعالیٰ اسے نئی زندگی دیگا۔ پھر کہا کہ جاؤ چینی لاؤ تا کہ دم کر دوں، پھر ان بچوں کو کھلاتی رہنا۔ چینی دم کر کے دی اور ساتھ ایک چونی دی کہ اس کو سنبھال کر رکھنا اور اس چونی کو کبھی بھی ناپاک ہاتھ نہ لگانا۔ جاتے ہوئے کہنے لگے کہ جاؤ یہ چینی سنبھال کر آؤ اور میرا ذکر کسی کے آگے نہ کرنا۔ میں چینی رکھنے گئی، مڑ کر دیکھا تو بزرگ بابا غائب تھے۔ انکے جانے کے بعد میں نے بزرگ بابا کا ذکر اپنی والدہ کے آگے گوش گزار کر دیا۔ اب مجھے یاد نہیں کہ میں نے کس طرح اس چونی کو کہاں دکھایا، کبھی بھولے سے ناپاک ہاتھ لگا دیے کہ وہ چونی مجھ سے گم ہو گئی۔ اس زمانے میں 25 پیسے کو چونی کہتے تھے۔ وقت تیزی سے گزرتا رہا۔ بچے بڑے ہو گئے۔ بیٹا 12 سال کا ہو گیا تو اسے دوکان پر استاد کے ہاتھوں پستول کی گولی لگی۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے دوبارہ زندگی ملی۔ پھر کافی اونچائی سے چھت پر سے گرا اور سخت چوٹ آئی۔ لیکن اللہ تعالیٰ کو پھر ایک دفعہ ہم پر رحم آیا اور میرے بیٹے کو دوبارہ نئی زندگی ملی۔ مجھے وہ بزرگ بابا کی باتیں بہت یاد آ رہی تھی کہ انہوں نے آنے والے حالات سے مجھے کس طرح آگاہ کیا تھا۔ میں ہر وقت دعائیں کرتیں کہ مجھے وہ بزرگ بابا دوبارہ ملیں۔ کئی بار اللہ کے نام کے نوافل بھی ادا کیے۔ ایک دن میں اپنے کمرے میں لیٹی ہوئی تھی۔ ہمارے بیڈ کے بالکل سامنے ڈریسنگ ٹیبل تھی۔ اس ڈریسنگ ٹیبل کے آئینے میں مجھے وہ بزرگ نظر آئے کہنے لگے میں نے تمہیں کہا تھا کہ میرا ذکر کسی کے آگے نہ کرنا مگر تم نے میری بات نہیں مانی اور پھر یکدم غائب ہو گئے۔ اس بات کو گزرے ہوئے تقریباً 27 سال کا عرصہ گزر چکا ہے۔ اللہ تعالیٰ کے کچھ نیک پرور لوگ بھی ہیں جو انسان کو آنے والے حالات سے آگاہ کرتے ہیں۔ لیکن انسان کو دوبارہ نہیں ملتے۔ کبھی کبھی میں سوچتی ہوں کہ اگر میں اس واقعہ کا ذکر اپنی والدہ کے آگے نہ کرتی تو آج میں اس بزرگ ہستی کے بہت قریب ہوتی۔ نہ جانے وہ زندگی کے کتنے موڑ پر میرے مدد گار ہوتے۔ میں آج بھی خواہش کرتی ہوں کہ مجھے زندگی میں پھر ایسا موقع ملا تو اس بزرگ سے میں معافی مانگ لونگی کہ میں نے آپ سے کیے ہوئے وعدے کی خلاف ورزی کی۔ ویسے ہی تو ہمارے دین میں وعدے کی خلاف ورزی کے متعلق ارشاد نبوی ﷺ ہے کہ "جس میں وعدے کی پابندی نہیں اسکا کوئی دین نہیں"۔ آپ کسی سے بھی وعدہ کریں چاہے وہ انسان ہو یا جن یا کوئی فرشتہ۔ کبھی بھی وعدے کی خلاف ورزی نہ کریں۔ خدا ہم سب کو دین کے بتائے ہوئے طریقے کے مطابق زندگی گزارنے کی توفیق عطا فرمائے آمین۔

(بقیہ: بلی سے کھیت کی حفاظت کیسے ہوئی؟)

حضرات جن مشکلات میں مبتلا ہوتے رہتے ہیں، فصلوں کو کیڑا لگ جاتا ہے، موسم ناسازگار ہو جاتے ہیں اور کسی نہ کسی حوالے سے پیداوار میں کمی ہو جاتی ہے اور نت نئی بیماریاں اچھی سے اچھی دواؤں کی دسترس سے باہر ہو جاتی ہیں۔ اس کا بنیادی سبب یہ ہے کہ ہمارے زمیندار غربا و مساکین کے سلسلے میں اپنی ذمہ داریوں سے بے نیاز ہو گئے ہیں۔ اپنے ملازموں کو پوری مزدوری نہیں دیتے، اپنے علاقے کے تہی دست اور محتاج لوگوں کے کام نہیں آتے، زکوۃ اور عشر کا اہتمام نہیں کرتے اور جو کچھ حاصل ہوتا ہے وہ چند روز زندگی کی عیش میں لٹا دیتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ انہیں ذہنی آسودگی بھی حاصل نہیں ہوتی اور ان کے روزمرہ معاملات بھی اصلاح پذیر نہیں ہوتے۔ اس ضمن میں ایک آنکھوں دیکھا واقعہ پیش کر رہا ہوں۔ امید ہے میرے نقطہ نظر کی مزید وضاحت ہو جائے گی۔ میرے آبائی گاؤں (واقع ضلع سیالکوٹ) میں ایک شخص ہے، میرا قریبی عزیز ہے اور کئی عوارض میں مبتلا ہے اور اس کا بنیادی سبب یہ ہے کہ اس بدنصیب آدمی کو کبھی کسی سے بھلائی کرنے کی توفیق حاصل نہیں ہوئی، خصوصاً اپنے والدین سے اس کا طرزِ عمل بہت منفی تھا۔ یہ کاشتکاری کرتا تھا اور ایک مرتبہ اس نے ایک بیگھہ چنے کاشت کر رکھے تھے، چنوں کی فصل خوب لہلہا رہی تھی مگر اس میں گھاس پھونس اور دیگر جڑی بوٹیاں بھی اگی ہوئی تھیں۔

اس شخص کے باپ نے ایک بھینس پال رکھی تھی، ایک دن وہ اپنے بیٹے کے کھیت میں گیا اور چنوں کے اندر سے گھاس وغیرہ کاٹنے لگا تا کہ چنوں کو بھی فائدہ ہو اور اس کی وجہ بھینس کے لیے چارے کا انتظام بھی ہو جائے ...... لیکن بدنصیب بیٹے نے باپ کے اس اخلاص اور ضرورت کی پروا نہ کی۔ پہلے بدزبانی کی اور پھر اس کا ہاتھ پکڑ کر اسے کھیت سے باہر نکال دیا..... بوڑھا باپ آنسو بہاتا ہوا گھر آ گیا۔

پھر پورے گاؤں کے لوگوں نے دیکھا کہ اس کا کھیت کسی پراسرار بیماری کی وجہ سے ناکارہ ہو گیا اور یوں اللہ کی ناراضگی ظاہر ہوئی۔

آرزو نصف زندگی ہے اور بے حسی نصف موت۔ (خلیل جبران)

انگلیوں سے کھانا سائنسی فوائد رکھتا ہے

میں نے ان انگریزوں سے پوچھا تو کہنے لگے یہ امریکن ریسرچ ہے کہ انگلیوں میں جو مسام ہیں ان میں خاص پلازمہ خارج ہوتا ہے جو نظام ہضم کے لیے بہت مفید ہے اس لیے ہم ہاتھ ٹشو پیپر سے نہیں صاف کرتے بلکہ انگلیاں چاٹتے ہیں

واشنگٹن کے ڈائریکٹرز اور میرا ذاتی تجربہ

انجینئر صباحت فرماتے ہیں:

''ایک دفعہ میٹنگ تھی اور اس میں امریکہ کے تین بڑے کوالیفائڈ کمپنی کے ڈائریکٹرز اور جنرل منیجر موجود تھے۔ ہم نے ایک ہی میز پر کھانا کھایا۔ میں نے دیکھا ہم مہمان تو ہاتھوں سے کھانا شروع ہو گئے تھے لیکن انہوں نے بھی ہاتھوں سے کھانا شروع کر دیا۔ چھری کانٹے Cutlery ایک طرف دھری رہی، مجھے بڑی حیرت ہوئی۔ مطلب یہ کہ بڑے اہم لوگوں (VIPs) کی میٹنگ ہے۔ وہ بھی کرسی پر بیٹھ کر ہاتھوں سے کھانا کھا رہے ہیں، بوٹی توڑ رہے ہیں اور بوٹی نوچ رہے ہیں۔ میں بہت حیران ہوا اور پوچھا کہ آپ نے یہ چھری کانٹے استعمال نہیں کیے تو انہوں نے کہا:

ہمیں ہاتھوں سے کھانا کھانا پسند ہے۔ دوسرے کو دیکھا وہ بھی ایسے کھا رہا ہے، تیسرے کو دیکھا وہ بھی اسی طرح کھا رہا ہے میں حیران ہوا۔ میرا تو اپنا کھانا بڑا مشکل ہو گیا۔ یہ آج پہلی دفعہ گوروں کو دیکھا کہ یہ چھری کانٹے چھوڑ کر اس طرح انگلیوں سے کھا رہے ہیں۔ جب ہم کھانا کھا چکے تو ہمارے پاس ٹشو پیپر پڑا ہوا تھا۔ میں نے انہیں ہاتھ صاف کرنے کیلئے ٹشو پیپر دیا لیکن انہوں نے اس سے ہاتھ صاف نہیں کیے بلکہ باقاعدہ انگلیوں کو چاٹا۔

میں نے سوال کیا Where you learnt it تو کہنے لگے کہ یہ امریکن ریسرچ ہے کہ جب کھانا انگلیوں سے کھایا جاتا ہے تو انگلیوں میں جو مسام ہیں ان میں پلازمہ خاص طور پر خارج ہوتا ہے جس کو اگر خوردبین (Micro scope) کے ذریعے دیکھا جائے تو واضح نظر آتا ہے۔ یہ پلازمہ نظام ہضم کے لیے بہت مفید ہے کہنے لگے اب ہم چھری کانٹوں کی بجائے انگلیوں سے کھانا پسند کرتے ہیں۔ یہ میرا ذاتی واقعہ اور تجربہ ہے۔''

کھانے سے پہلے ہاتھ دھونا

انسانی زندگی کے معمولات میں کبھی کہاں اور کبھی کہاں ہاتھ لگتا ہے۔ تو چونکہ ہاتھوں پر جراثیم چپکے ہوئے ہوتے ہیں اسلئے حکم شرعی ہے کہ ہاتھوں کو پانی سے دھولو۔ پھر دوسرا حکم یہ ہے کہ اس کو کپڑے وغیرہ سے صاف نہ کرو اسلئے کہ اس کپڑے پر لگے ہوئے جراثیم پھر کہیں ہاتھوں کو نہ لگ جائیں۔

ایک ٹرک ڈرائیور نے کھانے کیلئے ایک ہوٹل کے قریب اپنا ٹرک کھڑا کیا نیچے اتر کر اس نے ٹرک کے ٹائر چیک کئے اور پھر کھانا کھایا۔ واقعہ یہ ہوا کہ ڈرائیور کھانا کھاتے ہی مر گیا۔ حالانکہ اسی ہوٹل سے اور لوگوں نے بھی کھانا کھایا لیکن انہیں کچھ نہ ہوا۔ بہت سوچ و بچار اور کھوج کے بعد معلوم ہوا کہ مرحوم نے ٹائروں کو چیک کرنے کیلئے ان پر ہاتھ لگایا تھا۔ وہاں ایک زہریلا سانپ کچلا ہوا تھا اور اس کی تازہ زہر ٹائر پر لگی ہوئی تھی اور وہی زہر ہاتھوں پہ لگ گئی اور ہاتھ نہ دھونے کی وجہ سے زہر کھانے میں شامل ہو کر اس کی موت کا سبب بن گئی۔

سانس سے جلدی امراض ختم

(ایم صادق کاکڑ۔۔۔دکی لورالائی بلوچستان)

محترم جناب حکیم طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ماہنامہ ''عبقری'' میرا پسندیدہ ماہنامہ ہے۔ میں اس سے بہت زیادہ طبی اور روحانی طور پر فائدہ حاصل کرتا ہوں۔ ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے اپنا آزمودہ نسخہ بھیج رہا ہوں جو کہ نہایت ہی آسان ہے۔

جس کسی کے خون میں نقص رہتا ہو، خارش، پھوڑے، پھنسی، چہرے پردانے، خون میں خرابی، ہر قسم کی بہت سی دواؤں کے استعمال سے تنگ آ چکا ہو۔ ان سے شفاء کا نسخہ یہ ہے کہ زبان اوپر کے دانتوں کی تہہ میں لگا کر منہ بند کر کے نتھنوں سے لمبا سانس لیں۔ سانس کچھ دیر اندر روک کر دوبارہ نتھنوں سے تیزی سے خارج کریں۔ دس منٹ یہ عمل صبح و شام کھلی فضا میں کریں۔ دس دن میں ہر طرح کے خون کے نقص سے چھٹکارا مل جاتا ہے۔ چند دوستوں پر یہ عمل آزما چکا ہوں۔ مجھے یقین ہے کہ اگر لگاتار عمل کیا جائے تو جذام، کوڑھ اور خون کے کینسر کو بھی شکست دینا مشکل نہ ہوگا۔ انشاء اللہ۔ سانس خارج کرتے وقت زبان نیچے کے دانتوں کی تہہ میں لگا دیں منہ بند ہی رہیگا۔

مسمی، ذائقہ، صحت اور طاقت

صبح نہار منہ چار عدد مسمیاں کھانے سے بڑھا ہوا پیٹ کم ہوتا ہے بشرطیکہ یہ عمل تین ہفتے تک جاری رہے

(انتخاب: محسن انصاری......لاہور)

سندھی موسمبی انگریزی Sweet Orange

مسمی کا رنگ پختہ حالت میں زرد سرخی مائل ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں اور مزاج سرد تر ہے۔ موسم سرما کا بہترین تحفہ ہے۔ اس کی مقدار خوراک چار سے چھ دانہ ہے، اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

مسمی کے فوائد: (۱) مسمی زود ہضم اور طاقت بخش پھل ہے۔ (۲) یہ خون پیدا کرتی ہے۔ (۳) ملیریا بخار، سل اور تپ دق میں بے حد مفید ہے۔ (۴) مسمی میں اسی فیصد مصفا پانی اور بیس فیصد تک گوشت بنانے والے روغنی اور نشاستہ دار اجزاء کے ساتھ ساتھ سوڈیم، فاسفورس، پوٹاشیم کی آمیزش ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ اس میں وٹامنز ''اے'' اور ''بی'' پائے جاتے ہیں، جو انسانی صحت کیلئے ضروری ہوتے ہیں۔ (۵) یہ قبض کشا ہے۔ (۶) معدہ کی تیزابیت کو دور کرنے کیلئے یہ قدرت کا بہترین تحفہ ہے۔ (۷) صبح نہار منہ چار عدد مسمیاں کھانے سے بڑھا ہوا پیٹ کم ہوتا ہے بشرطیکہ یہ عمل تین ہفتے تک جاری رہے۔ (۸) معدے کی جلن میں مسمی کا استعمال بہترین رہتا ہے۔ (۹) مسمی کے استعمال سے خون کی تیزابیت دور ہوتی ہے۔ (۱۰) پھوڑے، پھنسیاں اور خارش والے مریض چھ عدد مسمیاں روز کھا کر اس موذی مرض سے نجات حاصل کر سکتے ہیں، کم از کم یہ عمل دس روز تک جاری رکھنا ہوگا۔ (۱۱) جوڑوں میں درد اور سوجن ہو جانے کی وجہ اگر ان میں یورک ایسڈ کی زیادتی ہو تو سورنجاں شیریں، سفید زیرہ ہم وزن لے کر سفوف بنائیں اور یہ سفوف چھ ماشہ (آدھ چمچہ چائے والا) ہمراہ دودھ صبح بطور ناشتہ لیں اور شام کے وقت تقریباً چار بجے دو گلاس مسمی کا جوس پی لیں۔ چند روز میں ہی مکمل صحت ہو جائے گی۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اھم علان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/وی پی فیس -/50 روپے کر دی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

ترقی کا راز لگاتار عمل اور تکرار عمل میں پوشیدہ ہے۔ (علامہ عنایت اللہ مشرقی)

شخصیت نکھاریئے، گھر سنواریئے

جسمانی صفائی اور حفظانِ صحت کے اصولوں کو اختیار کرنا بہت اہم ہے۔ جسم یا سانسوں سے نکلنے والی بدبو آپ کی خوبصورتی کو غارت کرسکتی ہے اور آپ کی مقبولیت کم کرسکتی ہے۔ بری عادتیں بھی لوگوں کو آپ سے متنفر کرسکتی ہیں

گھر اور ازدواجی زندگی ہمیشہ کچھ انداز اور طور طریقے اپنانے سے جنت بنتے ہیں۔ وہ کیا ہیں؟ آیئے وہ طریقے ہم آپ کو بتائے دیتے ہیں۔

ایک دلکش خاتون کمرہ میں داخل ہوتی ہے۔ اچانک خاموشی چھا جاتی ہے اور ہر ایک کی نظریں اس پر مرکوز ہو جاتی ہیں۔ آپ بھی اس پر ایک نظر ڈالتی ہیں اور "داد" کیے بغیر نہیں رہ سکتیں۔ ایسی ساحرانہ اور پرکشش شخصیت اکثر اوقات دوسروں کو اس طرح متاثر کرتی ہے۔ دوسروں پر اثر انداز ہونے کے لیے ہماری شخصیت کو ہر لحاظ سے بھاری بھر کم ہونا چاہیے۔ لیکن عموماً ہم کسی ایک پہلو کی طرف اشارہ کر کے یہ بتانے میں ناکام رہتے ہیں کہ کون سی بات شخصیت میں چار چاند لگا دیتی ہے۔ یہ بڑی عجیب سی بات معلوم ہوتی ہے۔ مثلاً نزہت بڑی خوبصورت ہے لیکن یاسمین لوگوں کو زیادہ متاثر کرتی ہے۔ کیونکہ وہ زیادہ زندہ دل اور دلفریب ہے، اسے دوسروں سے باتیں کرنے اور انہیں اپنا گرویدہ بنا لینے کا گر آتا ہے، حسن کے مرقع کے مقابلے میں چرب زبان شخصیت کسی محفل کی رونق میں زیادہ اضافہ کرسکتی ہے۔ کسی شخصیت کو پر تاثر بنانے میں بہت سے عناصر کار فرما ہوتے ہیں۔ جسم سے خارج ہونے والی مہک، ظاہری رکھ رکھاؤ طور طریقے اور دوسروں کے ساتھ طرزِ عمل، یہ باتیں کسی شخصیت کو نکھارنے کے لیے ضروری ہیں۔ ایک کہاوت ہے کہ کسی سے ملنے کے بعد پیدا ہونے والا تاثر ہی آخری ثابت ہوتا ہے۔ البتہ مسلسل ملاقاتیں جاری رہنے کے بعد اس کی دوسری خصوصیات آپ کے سامنے واضح ہوتی چلی جاتی ہیں۔

وضع طور:۔ ظاہری وضع قطع اہم ترین چیز ہے۔ خوب صورت شے زندگی بھر خوشیاں بکھیرتی رہتی ہیں۔ خوب صورتی میں مقناطیسیت ہوتی ہے۔ تاہم خوب صورت ہی سب کچھ نہیں کیوں کہ بعض افراد خوب صورت نہ ہونے کے باوجود گہرا تاثر چھوڑتے ہیں۔ اس کے علاوہ کئی دوسرے عناصر بھی ایسے ہیں جنہیں اجاگر کر کے خوب صورتی پر فتح پائی جاسکتی ہیں۔

بننا سنورنا:۔ یہ بھی بہت اہم ہے، بنا سنورا شخص بہت جلد دوسروں کی توجہ اپنی طرف راغب کر لیتا ہے۔ پھوہڑ اور بے سلیقہ شخصیت اپنی خوبصورتی کو بھی زائل کر دیتی ہے۔ اس کی نسبت صاف ستھری اور سمارٹ شخصیت کو زیادہ پسندیدگی کی نظروں سے دیکھا جاتا ہے۔ اس لئے اپنے جسمانی بناؤ سنگھار کا زیادہ خیال رکھنا چاہئے۔ چہرے، بالوں اور ہاتھ پیروں کی طرف کافی توجہ دینا چاہیے۔

صحت:۔ [illegible] آتا ہے۔ یہ ضرور ہے کہ بیماری انسان کے بس میں نہیں ہوتی ہے۔ تاہم ورزش اور متوازن غذا کا استعمال ہر ایک کو صحت مند رکھتا ہے۔ صحت مند جلد اور بالوں میں ایک قدرتی چمک ہوتی ہے، جو سب کو متاثر کرتی ہے۔ جسمانی صفائی اور حفظانِ صحت کے اصولوں کو اختیار کرنا بہت اہم ہے۔ جسم یا سانسوں سے نکلنے والی بدبو آپ کی خوبصورتی کو غارت کرسکتی ہے اور آپ کی مقبولیت کم کرسکتی ہے۔ بری عادتیں بھی لوگوں کو آپ سے متنفر کرسکتی ہیں۔ مثلاً محفل میں ناک صاف کرنا یا ہر وقت کھجاتے رہنا۔

طرز خرام:۔ اٹھنے بیٹھنے اور چلنے پھرنے کا طریقہ بہت اہم ہے۔ اکثر طویل قامت خواتین بھی تھوڑا جھک کر چلتی ہیں، جو ان کے طرزِ خرام کو بھدا بنا دیتا ہے اور ان کی کشش معدوم ہو جاتی ہے۔ باوقار طریقہ سے چلنا پھرنا زیادہ جاذبیت پیدا کرتا ہے۔ خواتین کی خوبصورت فگر اور مردوں کا متناسب قد و قامت انہیں وجاہت عطا کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس لئے اپنے جسم کا خیال رکھنا ضروری ہے، اسے بھدا اور بے ڈھنگا ہرگز نہ بننے دیں۔ خواتین کو کھانے پینے پر کنٹرول رکھنے کی زیادہ ضرورت ہے تاکہ ان کی جسمانی خوبصورتی قائم رہ سکے۔ تاہم دیکھا گیا ہے کہ بعض بھدے لوگ بھی کرشماتی شخصیت کے حامل ہوتے ہیں لیکن ہمیں دوسروں کی نقل ہرگز نہ کرنا چاہیے۔ مثلاً ہوسکتا ہے کہ اسٹیج پر اٹھلا کر چلنے والی ایک ماڈل کو جنسی کشش کا حامل سمجھا جائے لیکن عام زندگی میں ہم اسی انداز کے ساتھ سڑک پر ہرگز نہیں چل سکتے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

سرسوں کا ساگ سردیوں کی سوغات

سرسوں کا تیل گھی کی جگہ بھی کھایا جاتا ہے

(مرسلہ: راحیل قاضی۔ د۔ اسلام آباد)

عربی: حرف ابیض — فارسی: سرشف
سندھی: سرنہہ — انگریزی: Mustard Seed

سرسوں کا ساگ مشہور ترکاری ہے۔ یہ سرسوں کے پودوں سے حاصل کیا جاتا ہے۔ سرسوں کے پتوں کی نسبت، گندل کا ساگ بہترین سمجھا جاتا ہے۔ پاکستان کیا دنیا کے تقریباً ہر ملک میں اس کی کاشت ہوتی ہے۔ تنہا یا گوشت کے ہمراہ پکایا جاتا ہے۔ اسے جو، جوار، مکئی یا باجرہ کی روٹی کے ہمراہ بڑے شوق سے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک دو چھٹانک تک ہے۔

اس کے اجزاء میں روغنیات، فولاد اور وٹامن اے، بی، سی اور کیلشیم ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج گرم اور خشک ہے اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

فوائد: (۱) ساگ خون پیدا کرتا ہے اور خون کو صاف بھی کرتا ہے (۲) خون میں حرارت پیدا کرتا ہے جس سے چہرے پر سرخی آجاتی ہے (۳) معدہ، جگر اور انتڑیوں کو طاقتور بنانے میں ساگ بے مثال ہے (۴) قبض کشا ہے اور بھوک لگاتا ہے (۵) جسم و معدہ سے ریاح کو خارج کرتا ہے (۶) بچوں کی غذا میں اس کے استعمال سے ان کا قد اور وزن بڑھتا ہے (۷) پیشاب آور ہے (۸) دانتوں کو مضبوط کرتا ہے (۹) جسم کی سوجن کو دور کرتا ہے (۱۰) قوت باہ کو مضبوط کرتا ہے (۱۱) سرسوں کے بیج بھی بطور دواء استعمال ہوتے ہیں۔ ابٹن وغیرہ بنانے کے بھی کام آتے ہیں (۱۲) گندھک کے ہمراہ سرسوں کے بیج پیس کر سرسوں کے تیل میں ہی ملا کر خارش والی جگہ پر لگانے سے جلدی خارش سے نجات ملتی ہے (۱۳) پیٹ کے کیڑوں کو مارنے کیلئے سرسوں کا ساگ بہترین غذا ہے (۱۴) سرسوں کا تیل گھی کی جگہ کھایا بھی جاتا ہے۔

ساگ کو ادرک ملا کر پکانا چاہیئے اور تازہ تازہ پکا ہوا استعمال کرنا چاہیئے۔

احتیاط: گردہ کے مریض اسے بالکل نہ کھائیں۔

خودکشی بہت بڑا گناہ ہے (سقراط)

گھر بھر کی صحت نوٹوٹکوں سے

بھولنے کی عادت ختم ❁ پتھری کا خاتمہ ❁ آگ سے جلنا

آنکھوں کی خارش کے لیے: میٹھے انار کے دانوں کا پانی کسی تانبے کے برتن میں ڈال کر درمیانی آنچ پر پکائیں جب وہ اچھی طرح گاڑھا ہو جائے تو اسے کسی صاف ڈبیہ میں ڈال دیں۔ رات کو سوتے وقت ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں ڈالیں۔ خارش چشم اور پلکوں کے بال گرتے ہوں، تو بہترین ہے۔

ناخن اکھڑنے لگیں: پانچ تولے شطرج ہندی کا جوشاندہ تیار کر کے اس میں پانچ تولے سرکہ اور دو تولے شہد ملا کر پکائیں۔ گاڑھا ہونے پر بوتل میں ڈالیں۔ اکھڑنے اور پھٹتے ہوئے ناخنوں پر لگانے سے مفید نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

بلغم کی زیادتی اور نسیان کے لیے: ساڑھے چار تولہ کسندر لیں۔ رات کو تھوڑے سے پانی میں بھگو دیں۔ صبح نہار منہ یہ پانی نتھار کر پئیں۔ بلغم کی زیادتی کو ختم کرنے میں لاثانی ہے۔ مرض نسیان کا بھی خاتمہ ہو جاتا ہے۔

پیچش کے لیے: چھوٹی چھوٹی سیاہ ہرڑ لیں ان پر گھی لگالیں پھر انہیں یوں بھونیں کہ نہ کچی رہیں نہ جلنے پائیں۔ پھر باریک پیس لیں۔ تھوڑے سے دہی یا مکھن میں چار ماشے یہ سفوف ڈال کر استعمال کریں۔ پیچش کا کامیاب علاج ہے۔

آگ سے جل جانا: اقاقیا لیں اور باریک پیس لیں مرغی کے انڈے کی سفیدی میں ملالیں۔ اب جلی ہوئی جگہ پر لگائیں درد بند ہو جائیگا اور آبلے نہیں پڑتے۔

پتھری کے لیے: سہاگہ بریاں ایک تولہ لیکر اسے باریک پیس لیں۔ اب روغن گاؤ پانچ تولہ میں ملا کر پکائیں جب سہاگہ پھول جائے تو اسے نکال کر پیس لیں یہ سفوف بارہ تولہ شہد میں ملا کر رکھ لیں۔ روزانہ 3 ماشہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ انشاء اللہ پتھری ختم ہو جائے گی۔

پھوڑے پھنسی کے لیے: دیسی مرغی کے انڈے کی سفیدی میں ایک چمچ تل کا تیل ملائیں اور پھوڑے یا پھنسی کی جگہ پر لیپ کر دیں۔ فائدہ مند ہے۔

ملیریا کے لیے: ایک تولہ تلسی کی سبز پتی، نصف ماشہ کالی مرچ میں ملا کر پیس لیں اور تھوڑا سا شہد ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ سردی سے بخار ہونے اور ملیریا کے لیے اکسیر ہے اسکا استعمال بلغمی بخاروں میں بھی لاجواب اثر کرتا ہے۔

ورم تحلیل کرنے کے لیے: املتاس کی جڑ لیں۔ پیس کر ورم کی جگہ پر لیپ کریں۔ ورم تحلیل ہو جائے گا۔

رات کو نظر نہ آنا

(مرسلہ: حافظ عبدالحکیم۔۔۔فیصل آباد)

السلام علیکم! جناب عالی آپ کے ماہنامہ عبقری میں فیصل آباد کی ایک بہن نے آپ سے شب کوری کے بارے میں نسخہ دریافت کیا اور آپ نے اس بہن کو جواب میں نسخہ تجویز فرمادیا ہے۔ خدا کرے آرام ہو جائے۔

بندہ بھی آپ کو اپنے تجربہ کی ایک چیز جو کہ کم خرچ بالانشین ہے، شب کوری کے لیے پیش کرتا ہے۔ آپ اس بہن کو لکھ دیں تا کہ وہ بہن اس سے نفع حاصل کرے اور دیگر قارئین بھی نفع حاصل کریں اور ناچیز کو اپنی دعاؤں میں یاد رکھیں۔ آپ اس کو نسخہ کا نام دیں یا ٹوٹکا، جو بھی مناسب ہو تجویز کریں۔ بارہا کا تجربہ شدہ ہے۔ نسخہ یہ ہے بکرے کی بڑی کلیجی کے ساتھ ہی ایک چھوٹا سا حصہ کلیجی کا ہوتا ہے۔ جس کو چور کلیجی بھی کہا جاتا ہے، لیکر اس کی سات عدد بوٹیاں بنائیں اور انگوٹھے پر چڑھا کر انگیاروں پر سیک دیں۔ جب پانی نکلنا شروع ہو جائے تو وہ پانی سلائی سے لگا کر دونوں آنکھوں میں تین یا پانچ سلائیاں لگائیں اور یہ عمل تین دن کریں۔ رات کو سونے سے پہلے کریں۔ انشاء اللہ بفضل تعالیٰ مکمل شفا ہو گی۔ اور وہ بوٹیاں جو بھن گئی ہیں، نمک لگا کر کھالیں۔ اور اگر مزید اس کو موثر کرنا ہے تو۔ قرآن کریم کی سورہ قاف کی آیت نمبر ۲۲

فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ

سات دفعہ اول آخر تین تین دفعہ درود شریف پڑھ کر اس کلیجی پر پہلے پھونک دیں۔ انشاء اللہ شفا ہو گی۔ آپ بھی آزمائیں اور دعاؤں میں بندہ عاصی کو یاد رکھیں۔

عبرت والوں کے لیے تین نصیحتیں

(ابو لبیب شاذلی)

اگر غور اور توجہ کریں تو اور بہت کچھ مل سکتا ہے

سلف صالحین کی اپنے دوستوں کو تین نصیحتیں

۱۔۔۔۔ جو آدمی آخرت کے کاموں میں لگ جاتا ہے اللہ تعالیٰ اس کے دنیا کے کاموں کی ذمہ داری لے لیتے ہیں۔

۲۔۔۔۔ جو شخص اپنے باطن کو صحیح کر لے اللہ اس کے ظاہر کو صحیح فرما دیتے ہیں۔

۳۔۔۔۔ جو اللہ تعالیٰ سے اپنا معاملہ صحیح کر لیتا ہے۔ اللہ اس کے اور مخلوق کے درمیان کے معاملات کو صحیح کر دیتے ہیں، دنیا ذلیل ہو کر اس کے قدموں میں گرتی ہے۔

(معارف القرآن جلد ۴ صفحہ ۶۷۹)

۱۔۔۔۔ مَنْ عَمِلَ لِاٰخِرَتِهٖ كَفَاهُ اللّٰهُ اَمْرَ دُنْيَاهُ

۲۔۔۔۔ وَ مَنْ اَصْلَحَ سَرِيْرَتَهٗ اَصْلَحَ اللّٰهُ عَلَانِيَتَهٗ

۳۔۔۔۔ وَمَنْ اَصْلَحَ فِيْمَا بَيْنَهٗ وَ بَيْنَ اللّٰهِ اَصْلَحَ اللّٰهُ مَا بَيْنَهٗ وَ بَيْنَ النَّاسِ

حضرت عمرؓ کا تقویٰ

حضرت ایاس بن سلمہؓ اپنے والد (حضرت سلمہؓ) سے نقل کرتے ہیں کہ انہوں نے کہا ایک مرتبہ حضرت عمر بن خطابؓ بازار سے گزرے۔ ان کے ہاتھ میں کوڑا بھی تھا، انہوں نے آہستہ سے وہ کوڑا مجھے مارا جو میرے کپڑے کے کنارے کو لگ گیا اور فرمایا، راستہ سے ہٹ جاؤ۔ جب اگلا سال آیا تو آپ کی مجھ سے ملاقات ہوئی، مجھ سے کہا اے سلمہ! کیا تمہارا حج کا ارادہ ہے؟ میں نے کہا، جی ہاں، پھر میرا ہاتھ پکڑ کر اپنے گھر لے گئے اور مجھے چھ سو درہم دیئے اور کہا انہیں اپنے سفر حج میں کام لے آنا اور یہ اس ہلکے سے کوڑے کے بدلہ میں ہیں جو میں نے تم کو مارا تھا۔ میں نے کہا کہ اے امیر المومنین! مجھے تو وہ کوڑا یاد بھی نہیں رہا۔ فرمایا لیکن میں تو اسے نہیں بھولا۔ یعنی میں نے مار تو دیا لیکن سارا سال کھٹکتا رہا۔ (حیاۃ الصحابہ جلد ۲ صفحہ ۱۲۵)

شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

بخل و اسراف ہر دو مذموم ہیں۔ لیکن اسراف نسبتاً اس لئے بہتر ہے کہ اس سے دوسروں کو فائدہ پہنچتا ہے۔ (فیثا غورث)

حضرت ابراہیم بن ادہمؒ

کسی شخص کو بھی بلند مرتبہ، نماز، روزے، حج اور جہاد سے نہیں ملا۔ بلندی اسے حاصل ہوئی ہے اور کامیابی اسے ہی ملی جس نے اپنی روزی کو پاک رکھا اور یہ سمجھ لیا کہ وہ کیا کھاتا ہے (مرسلہ: عقیل احمد، احمد پور شرقیہ)

دل کی دنیا بدل گئی:۔ حضرت ابراہیم بن ادہم فرمانروائے بلخ تھے اور بڑے شکوہ وجلال کے ساتھ سلطنت کرتے تھے۔ ایک روز دربارِ عالم میں ایک شخص دیوانہ وار چلا آیا۔ تمام اعیانِ حکومت، ارکانِ سلطنت اور خدام میں سے کسی کو جرأت نہ ہوئی، جو اُسے روکے۔ اس کے چہرے سے ہیبت طاری تھی۔ تخت کے قریب آکر کھڑا ہو گیا تو آپ نے پوچھا تو کون ہے اور کس غرض سے دربار میں آیا ہے؟ بولا سرائے میں ٹھہرنا چاہتا ہوں۔ فرمایا یہ تو محل ہے۔ بولا اس سے پہلے اس میں کون رہتا تھا فرمایا میرا باپ۔ وہ بولا ان سے پہلے، کہا میرے دادا! اسی طرح وہ برابر سوال کرتا رہا اور آپ نام بتاتے رہے۔ بولا پھر یہ سرائے نہیں تو اور کیا ہے کہ ایک آتا ہے اور ایک جاتا ہے۔ یہ کہہ کر وہ باہر نکل گیا۔ آپ تخت سے اُٹھ کر پیچھے گئے اور جا کر پوچھا یہ فرمائیے کہ آپ کون بزرگ ہیں؟ جواب تھا خضر علیہ السلام! یہ سنتے ہی آپ کے دل میں آگ لگ گئی۔ اس کے بعد آپ گھوڑے پر سوار ہو کر جنگل کی طرف چل پڑے۔ دل میں ایک آگ لگی ہوئی تھی۔ برابر غیبی صدائیں سنتے چلے جارہے تھے۔ ہرن۔ گھوڑا۔ زین پوش۔ جدھر دیکھتے یہ صدا سنتے کہ ابراہیمؒ تو اس کام کے لیے پیدا نہیں ہوا۔ بیدار ہو، سنبھل۔ رقت طاری ہوئی، دل ٹوٹا، اتنے روئے کہ کپڑے تر ہو گئے۔ اب دیکھتے ہیں تو بیک زقند حدِ ناسوت طے کر کے عالمِ ملکوت میں تھے۔ تو بہ ورقت کے ساتھ ہی حجاب اٹھنے شروع ہو گئے۔ تمام عالمِ ملکوت نگاہوں کے سامنے تھے۔ اس سلطنت کے مشاہدے نے دنیوی سلطنت کا خواب بھلا دیا۔

دنیائے عرفان کی تجلیات کی ایک جھلک میں وہ سرشاریاں ہیں کہ دنیا کی تمام لذات بحیثیت مجموعی بھی ان کے مقابلہ میں نہیں ٹھہر سکتیں۔ آپ نے اپنا قیمتی لباس اور تاج ایک چرواہے کے لباس سے بدل لیا اور جنگلوں اور وادیوں میں گھومنے لگے۔ اپنے گزشتہ گناہوں کو یاد کر کے روتے اور ادھر ادھر دوڑتے پھرتے۔ عجیب حالت طاری تھی۔ دنیا اور دنیا والوں سے بے راز تھے۔

ارشاداتِ عالیہ:۔ فرمایا جس کا دل تین مواقع پر حاضر ورجوع نہ ہو، اسے سمجھ لینا چاہئے کہ اس پر دروازے بند ہو چکے ہیں۔ اولاً نماز کی حالت میں۔ ثانیاً تلاوتِ کلام اللہ کے وقت۔ ثالثاً ذکر وشغل کے عالم میں۔۔ فرمایا کہ تین حجابوں کے اُٹھ جانے سے مالک کے دل کے دروازے کھل جاتے۔ اول دو عالم کی سلطنت لیکر بھی اظہارِ مسرت نہ کرے۔ دوسرے اگر اس سے سب کچھ چھن جائے تو غمگین نہ ہو۔ تیسرے کسی قسم کی عطا وتعریف پر فریفتہ نہ ہو۔ کیوں کہ مسرور ہونے سے اس کا حریص ہونا۔ غمگین ہونے سے غصہ اور کمین ہونا اور تعریف پر فریفتگی سے پست ہمتی، ثابت ہوتی ہے۔ ایک شخص سے فرمایا جماعت اولیاء میں شمولیت کی آرزو ہے تو دنیا وآخرت کی بال برابر بھی پراہ نہ کرو۔ اور خدا کے سوا کسی کا خیال دل میں نہ آنے دے اور عبادت میں مصروف رہے اور روزی حلال رکھے۔ فرمایا خواہ رات بھر نماز پڑھنے اور دن بھر روزہ رکھنے کی توفیق نہ ہو مگر جو کھائے وہ حلال روزی سے پیدا کیا ہوا ہو۔ کسی شخص کو بھی بلند مرتبہ، نماز، روزے، حج اور جہاد سے نہیں ملا۔ بلندی اسے حاصل ہوئی ہے اور کامیابی اسے ہی ملی جس نے اپنی روزی کو پاک رکھا اور یہ سمجھ لیا کہ وہ کیا کھاتا ہے۔ حرام لقمہ سے نہ دعا قبول ہوتی ہے اور نہ اطاعت وعبادت میں ذوق شوق پیدا ہوتا ہے۔ یہ کتنی اہم تعلیم ہے اور آپ روزی حلال پر کتنا زور دے رہے ہیں۔ مسلمانوں کو اسے ہر وقت پیشِ نظر رکھنا چاہیے۔

افضل عبادت: آپ نے خود زندگی بھر گھاس اور لکڑیاں فروخت کر کے اپنی روزی پیدا کی۔ اورنگ زیبؒ اور سلطان ناصر الدین محمود جلیل القدر بادشاہ ہونے کے باوجود اس لیے اپنی روزی محنت سے پیدا کیا کرتے تھے اور رسول ﷺ نے بھی اسے ''افضل الجہاد'' افضل العبادت فرمایا اور بتایا ہے۔ ایک عیال دار آدمی کو دن بھر کی محنت اور تگ ودو کے باوجود کچھ بھی نہ ملا۔ شام کو نہایت فکر مند اور غمگین چلا جارہا تھا۔ آپ کو بیٹھے دیکھ کر بولا ابراہیم مجھے آپ کے اس اطمینان پر رشک آتا ہے۔ آپ فارغ بیٹھے ہیں اور میں متفکر ہوں۔ فرمایا میں نے اپنی تمام عبادات وخیرات تجھے بخشیں۔ تم ان لمحوں کا غم مجھے دے دو۔ اس سے بھی واضح ہوتا ہے کہ اہل عیال کے لیے'' حلال روزی کا غم'' عبادات مقبولہ سے بھی بہتر ہے گویا یہ افضل العبادات کی شرح ہے۔

لوگوں نے پوچھا: دل پر اللہ کی طرف سے حجابات کیوں طاری ہیں فرمایا وجہ یہ ہے کہ لوگ ان چیزوں کو دوست رکھتے ہیں جنہیں اللہ تعالیٰ پسند نہیں کرتا'' لہو ولعب دنیوی میں مبتلا ہیں اور آخرت کو بھولے ہوئے ہیں، اسی طرح لوگ اُس زندگی اور اُس لذت سے محروم ہیں جو غیر فانی ہے۔

فرمایا جب تک تو اپنی بیوی کو بیوہ، بچوں کو یتیم نہ سمجھے اور خاک پر کتوں کی طرح نہ سوئے اس وقت تک مردوں کی صف میں بیٹھنے کی آرزو نہ کر۔ اس کی روزی کھا کر اس کی نافرمانی نہ کر۔ یہ ایک عاشقِ ربانی کی تعلیمات کا ایک اجمالی خاکہ ہے اسے آنکھیں کھول کر پڑھیئے۔

(بقیہ: پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

لڑائی شروع ہونے سے قبل قریش مکہ کی فوج کے آدمی اس حوض پر پانی پینے آئے۔ صحابہ کرامؓ نے انہیں پانی لینے سے روکنا چاہا۔ جنگی حکمت عملی کا تقاضہ یہی تھا کہ انہیں پانی نہ لینے دیا جاتا اور دشمن پر ہر قسم کی خوراک کی بندش کردی جاتی لیکن حضور ﷺ نے فرمایا: ''انہیں پانی لینے اور پینے سے منع نہ کرو'' کیا دنیا ایسی مثال پیش کرسکتی ہے؟

جس طرح ہمارا ملک اور قوم امن وامان کے حاجت مند ہیں اسی طرح ساری دنیا صلح صفائی کی طالب ہے۔ (اتاترک)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

چہرہ بدنما لگتا ہے

میری عمر سولہ سال ہے۔ ایف اے میں پڑھتی ہوں۔ چکنی اشیا نہیں کھاتی پھر بھی میری جلد چکنی ہے خصوصاً ناک۔ اس کے سیاہ داغ کسی طرح نہیں جاتے۔ جس کے باعث چہرہ بدنما لگتا ہے۔ میری امی کہتی ہیں، کسی طرح اپنا چہرہ ٹھیک کرو تاکہ جو رشتہ آئے وہ تمہیں پسند کرے۔ میں پانچوں وقت کی نمازی ہوں۔ خدارا میری مدد کریں۔ اللہ آپ کو اس کا اجر دے گا۔ (آمنہ فاروق۔ نواب شاہ)

☆ بی بی! پریشان مت ہوں۔ اس عمر میں جلد عموماً چکنی ہو جاتی ہے۔ آپ بازار کے صابن اور کریمیں لگانی چھوڑ دیں۔ چنے کی دال کا بیسن پیالی میں بھر کر رکھیے۔ صبح و شام بیسن چہرے پر لگا کر منہ دھوئیے۔ تھوڑا سا ہتھیلی پر رکھیے اور پانی لگائیے۔ خشک ہونے پر منہ دھو لیجئے۔ جو کے آٹے میں تھوڑا سا دودھ ملائیے۔ اس آمیزے میں چٹکی بھر ہلدی اور چھ سات قطرے لیموں کا رس ملا کر چہرے اور ناک پر اچھی طرح ملیے۔ چہرے کی رنگت صاف ہوگی۔ آدھی آدھی پیالی مسور اور چنے کی دال پیس کر ملا لیں۔ اس آمیزے میں ایک چمچ ہلدی اور کنو یا مالٹے کے چھلکوں کے سفوف کا ایک چمچ ملائیے۔ چندن مل جائے تو وہ بھی آدھا چمچہ ملا لیجئے۔ اب شیشے کے پیالے میں آمیزے کا ایک چمچ ڈال کر تھوڑا سا پانی ملائیے پھر لیموں کے رس سات قطرے ملا کر رکھ دیجئے۔ تھوڑی دیر بعد چہرے پر لگائیے اور ابٹن کی طرح خوب ملیے۔ پھر سادہ پانی سے منہ دھو لیجئے۔

پودینے کے گیارہ پتے ایک پیالی میں چائے کی طرح پکا کر ٹھنڈا کر کے روزانہ پی لیجئے۔ اس نسخے سے بھی چہرے کا رنگ صاف ہو گا۔ گھیکوار کا لیپ کرنے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔ داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں۔ مگر آپ یہ نسخے کم از کم دو ماہ استعمال کیجئے۔ دو چار دن میں فائدہ نہیں ہوتا۔

گوہانجنی کا ٹوٹکہ

بیگم ناہید اختر نارووال سے گوہانجنی کا ٹوٹکہ پوچھتی ہیں۔ اس سلسلے میں ماہنامہ عبقری کے قاری نذیر احمد نے ایک ٹوٹکہ بھیجا ہے۔ جس آنکھ میں گوہانجنی ہو، اس کے دوسری سمت والے پاؤں کے انگوٹھے کی برابر کی انگلی میں، پاؤں کی طرف ایک دھاگا اس طرح باندھیے کہ معمولی چبھن ہو۔ تین گھنٹے بعد گوہانجنی کی تکلیف ختم ہو جائے گی۔ اگلے روز قینچی کی نوک سے دھاگہ نکال دیں۔ دو چار بار ایسا کرنے سے ہمیشہ کے لیے تکلیف دور ہو جائے گی۔ دو تین لڑکیوں نے بھی یہ ٹوٹکہ بھجوایا ہے مگر انھوں نے انگوٹھے کے نچلے حصہ میں دھاگا باندھنے کو کہا ہے۔

دراصل ہمارے جسم میں توانائی کی کچھ خاص لہریں ہیں جو مخصوص راستوں سے گزرتی ہیں۔ ہمارے ہاتھ کی ہتھیلیوں اور پاؤں کے تلووں میں پورے جسم کا نظام پنہاں ہے۔ اس موضوع پر کتابیں بھی ہیں۔ یہ علم بہت قدیم ہے۔ پرانے زمانے میں بھی مالشیے پاؤں اور پنڈلیوں پر خاص دباؤ دے کر درد ختم کر دیتے تھے۔ ایک بار ہماری ایک عزیزہ کا آپریشن ہوا، دو دن بعد پیٹ پھولنے لگا۔ بڑی سخت تکلیف تھی۔ پیٹ میں ہوا بھر رہی تھی۔ ایک بوڑھی عورت کسی مریض کو دیکھنے آئی۔ اس نے جب ہماری پریشانی دیکھی تو کمرے میں آ گئی۔ پیٹ اور رانوں کے درمیان جوڑوں میں اس نے کوئی رگ تلاش کی اور انگوٹھا رکھ کر اس پر دباؤ ڈالا۔ ہم سب حیران تھے۔ جلد ہی پیٹ آہستہ آہستہ کم ہونے لگا اور پانچ منٹ میں ٹھیک ہو گیا۔ اس عورت نے بتایا کہ جسم میں کئی ایسی رگیں ہیں جنہیں دبانے سے آرام آ جاتا ہے۔ اس سے بہت پوچھا کہ وہ کون کون سی رگیں ہیں مگر اس نے نہیں بتائیں۔ اب سائنسی دور میں اسے پریشر (دباؤ) تکنیک کا نام دے کر علاج کیا جا رہا اور یہ باقاعدہ علم ہے۔

کان کی تکلیف

سعدیہ لاہور سے لکھتی ہیں ''میری والدہ کی سہیلی کو کان میں شدید تکلیف تھی۔ ڈاکٹر نے آپریشن کروانے کو کہا۔ مگر میری امی نے انہیں نہار منہ پانی کے ساتھ چند جوئے لہسن کھانے کو کہا۔ کچھ ہی دنوں میں ان کی کان کی تکلیف دور ہو گئی اور جسم میں جس جس جگہ درد تھا، وہ بھی غائب ہو گیا۔

حافظہ ساتھ نہیں دیتا

عائشہ بی بی بہاولپور سے لکھتی ہیں ''میرے منہ پر دانے نکل رہے ہیں، ان کا کوئی حل بتائیے۔ دوسری بات یہ ہے کہ میں رٹا لگاتی ہوں تو کچھ عرصے کے بعد سبق بھول جاتی ہوں۔ میرا ذہن کام نہیں کرتا۔ حافظہ بڑھانے کے لیے کوئی نسخہ بتائیے۔

عائشہ بی بی! آپ چہرہ اچھی طرح صاف کر کے گھیکوار کا گودا صبح شام لگائیے۔ ہمدرد دواخانہ سے شربت عشبہ خاص اور معجون مصفی خون خرید لیجئے۔ صبح شام دو چمچے شربت پانی میں ملا کر پیجئے اور آدھی چمچی معجون بھی ساتھ کھائیے۔ انشاء اللہ افاقہ ہو گا۔ حافظے کے لیے آپ بادام کے گیارہ دانے اور ایک چمچہ کشمش رات کو آدھا گلاس پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح نماز پڑھ کر بادام چھیل کر کھا لیجئے کشمش بھی کھائیے۔ پھر پانی بھی پی لیجئے۔ اس کے بعد ایک گلاس دودھ پی لیں۔ اس سے آپ کے حافظے کو تقویت ملے گی۔

لوگوں سے ڈر لگتا ہے

امریکہ سے ن۔ احمد کا خط آیا ہے۔ بہت پریشان ہیں۔ میک اپ کرتی ہیں تو انہیں ڈر رہتا ہے کہ کوئی ان کو برا بھلا نہ کہہ دے۔ فون اٹھائیں تو سوچتی ہیں کوئی مرد نہ ہو۔ شک اور وہم نے ان کی زندگی میں دراڑیں ڈال دی ہیں۔ بچے بھی ان کی عادتوں سے تنگ آ چکے ہیں۔ انھوں نے اس سلسلے میں مدد مانگی ہے۔

محترمہ! آپ وہم کا شکار ہیں۔ اسے اپنی خود اعتمادی سے شکست دیجئے۔ زندگی ہمت اور حوصلہ سے گزارنی چاہیے۔ آپ کے ماشاء اللہ بچے بھی ہیں۔ انکی ضروریات کا خیال رکھیے اور کوشش کریں کہ ہر وقت مصروف رہیں۔ خالی ذہن شیطان کا گھر بن جاتا ہے۔

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں یا کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

دل کی بیماری لاعلاج نہیں

مردوں کی نسبت عورتیں اس مرض میں زیادہ مبتلا ہوتی ہیں۔ ویسے آج کل عمر کی کوئی حد نہیں رہی۔ نوجوانوں بلکہ بچوں میں بھی اکثر یہ مرض دیکھا گیا ہے۔

(تحریر: حکیم طاہر عمر۔ خیر پور ٹامیوالی)

آزمودہ تراکیب اور زود اثر تجربات ضرور پڑھیں

آج کل امراض قلب کے بارے میں روزانہ ایسی خبریں سننے کو ملتی ہیں کہ فلاں شخص دل کا دورہ پڑنے سے چل بسا۔ فلاں اختلاجِ قلب اور خفقان قلب کا مریض ہے، فلاں کا دل بڑھ گیا ہے وغیرہ۔ طبی حلقوں کی طرف سے امراضِ قلب کو ختم کرنے کے لیے خصوصی توجہ دی جارہی ہے۔ لیکن اس سب کوششوں کے باوجود، نتائج حسبِ منشاء برآمد نہیں ہو سکے۔ اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ امراضِ قلب کو جب تک بالاعضاء سمجھنے کی کوشش نہیں کی جائے گی اس وقت تک یہ مسئلہ تشنۂ تکمیل ہی رہے گا۔ دردِ دل کا طبی نام وجع القلب ہے۔ اکثر چالیس سال کی عمر کے بعد ہوا کرتا ہے۔ مردوں کی نسبت عورتیں اس مرض میں زیادہ مبتلا ہوتی ہیں۔ ویسے آج کل عمر کی کوئی حد نہیں رہی۔ نوجوانوں بلکہ بچوں میں بھی اکثر یہ مرض دیکھا گیا ہے۔

اسباب:۔ دردِ دل دراصل دل میں شریانوں میں سکیڑ و انقباض کی وجہ سے ہوتا ہے۔ کیمیاوی طور پر خون میں ترشی و تیزابیت اور خلطِ سودا کی زیادتی سے خون کے قوام میں گاڑھا پن پیدا ہو جاتا ہے۔ جو شریانوں میں بآسانی گردش نہیں کرسکتا۔ ریاح کی کثرت، خون کا گاڑھا پن اور شریانوں کا سکیڑ ہی دردِ دل کا سب سے بڑا سبب ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ گوشت، انڈا، مچھلی اور ترش اشیاء کا کثرت سے استعمال، پیٹ میں ریاح قبض، نفخ، بدہضمی، شراب اور تمبا کو نوشی، نشہ آور اشیاء، مشروبات کا کثرتِ استعمال بھی دردِ دل کا سبب ہوتا ہے۔ نفسیاتی اسباب میں غصہ کا ہونا اور کیفیاتی اسباب میں خشکی سردی کا بڑھ جانا بھی دردِ دل کا سبب بنتا ہے۔

علامات:۔ دورہ مرض سے پہلے مریض پہلے قدرے بے چینی، پیٹ میں ریاح، گیس، قبض، بوجھ اور کوئی چیز اوپر چڑھتی ہوئی محسوس کرتا ہے۔ اس دوران اگر ریاح وغیرہ خارج ہو جائے تو آرام آجاتا ہے۔ لیکن اگر ریاح و گیس وغیرہ کا اخراج نہ ہو تو قلب، چھاتی اور بائیں کندھے کے نیچے پسلیوں کے قریب سرسراہٹ سی محسوس کرتا ہے۔ کبھی وقفہ وقفہ سے سوئی کی چبھن جیسا درد ہوتا ہے۔ پھر دل یک دم زور زور سے دھڑکنے لگتا ہے۔ دل کی رفتار کبھی تیز اور کبھی سست ہو جاتی ہے۔ اس وقت اگر مناسب علاج میسر نہ آئے تو تکلیف بڑھ کر شدید درد شروع ہو جاتا ہے۔ کیونکہ دل کو دورانِ خون جاری رکھنے کے لیے بار بار حرکت کرنا پڑتی ہے۔ اس لئے درد، ٹیسوں کی صورت میں ہوتا ہے۔ دورانِ خون کے تسلسل میں رکاوٹ ہو کر پھیپھڑوں میں خون کم ہو جاتا ہے جس سے پھیپھڑوں کی حرکات کم ہو کر سخت دم کشی اور اختلاج قلب کی صورت پیدا ہو جاتی ہے۔ شدید درد سے مریض کا رنگ فق ہو جاتا ہے اور بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے۔ جسم کی رنگت سیاہی مائل اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے پیدا ہو جاتے ہیں۔ نبض حرکت میں تیز ہو جاتی ہے۔ شدید درد اور سخت گھبراہٹ میں مریض انتقال کر جاتا ہے۔

اصول علاج:۔ دردِ دل کا علاج لکھنے سے پہلے اصولِ علاج پیش کرنا ضروری سمجھتا ہوں۔ واضح رہے کہ دردِ دل ہمیشہ دل میں تیزی، خون کے گاڑھا پن، خلط سودا کی زیادتی اور شریانوں میں سکیڑ و انقباض سے ہی ہوتا ہے۔ جس کا یقینی و بے خطاء علاج سکیڑ کا کھولنا ہے۔ شریانوں کے سکیڑ کو کھولنے کے لیے خلط صفراء (حرارت) کا بڑھانا ضروری ہوتا ہے۔ صفراء سے خون کا قوام پتلا ہو کر شریانوں کے سکیڑ کو کھول دیتا ہے۔ سکیڑ کھلتے ہی دورانِ خون درست ہو جاتا ہے۔ جو لوگ درد روکنے کے لیے مخدر و مسکن دوائیں دیتے ہیں، وہ مریض کو موت کے منہ میں دھکیل دیتے ہیں۔ جس سے اکثر نشہ کی حالت میں ہی مریض کا انتقال ہو جاتا ہے۔

دورہ کی حالت میں علاج

جب کسی شخص کے سینے، بائیں پستان، کندھے، بازو یا بائیں ٹانگ میں درد معلوم ہو اور پیٹ میں ریاح رکی ہوئی معلوم ہو تو معالج کے آنے سے پہلے مصنوعی ڈکار سے پیٹ کی ہوا خارج کرنے کی کوشش کریں۔ بائیں کندھے، پستان کے قریب سامنے سینے کی زور سے مالش کریں۔ اگر ممکن ہو تو مقامِ قلب پر ٹکور کریں جس سے درد کم ہو جائے گا۔ اندرونی طور پر صرف گرم پانی پلائیں۔ اگر قے وغیرہ ہو جائے تو گرم پانی میں اجوائن دیسی ابال کر شہد ملا کر پلا دیں۔ انشاء اللہ فوراً دردِ دل کو آرام آجائے گا۔ جب دورہ ختم ہو جائے تو مستقل علاج کے لیے درج ذیل نسخہ جات استعمال کریں دوبارہ درد نہ ہوگا۔ انشاء اللہ۔

نسخہ جات:۔ (1) اجوائن دیسی 1 تولہ۔ لہسن 1 تولہ۔ آبِ لہسن 5 تولہ۔ اجوائن اور لہسن کو باریک پیس کر آبِ لہسن میں کھرل کر کے بڑے چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ 1 تا 2 گولی صبح، دوپہر، شام نیم گرم پانی کے ساتھ کھائیں۔

یہ نسخہ دردِ دل، دردِ گردہ کے لیے ایک انمول تحفہ ہے پتھری کو توڑ کر خارج کرتا ہے۔ خون کے قوام کو پتلا کرتا ہے۔ شریانوں کے سکیڑ کو کھولنے کے لیے اس سے بہتر کوئی اور دوا نہیں ہے۔

(2) سنا مکی، قلمی شورہ، ریوند خطائی برابر وزن لیکر باریک کریں اور بڑے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ 1 تا 2 گولی دن میں چار بار ہمراہ گرم پانی۔ یہ دردِ دل کے لیے نہایت مفید ہے۔ یہ ان مریضوں کے لیے بہت مفید ہے جنہیں قبض ہو اور پیشاب کم، جلن کے ساتھ آتا ہو۔

غذا:۔ صبح:۔ گاجر کا مربہ یا سیب کھا کر اوپر سونف اور چھوٹی الائچی کا قہوہ پی لیں۔ **دوپہر:** ۔ مولی، گاجر، شلغم، مونگرے، کدو، توری، ٹینڈے دیسی گھی میں پکا کر استعمال کریں۔ **شام:۔** دوپہر والا سالن کھا لیں اوپر اجوائن دیسی کا قہوہ پی لیں۔

پرہیز: گوشت، انڈے، چاول، اچار، آلو، گوبھی، ٹماٹر، مچھلی، ترش اور ٹھنڈے مشروبات اور شراب نوشی، چائے کی کثرت استعمال اور کثرت مباشرت سے پرہیز لازمی ہے۔

احتیاطی تدابیر: دردِ دل کے دورہ سے بچنے کے لیے ضروری ہے کہ سادہ غذا کھائی جائے۔ غذا اس وقت کھائی جائے جب شدید بھوک لگی ہو، پیدل سیر، رات کو جلدی سونا، صبح جلدی اٹھنا فائدہ مند ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اولیاء کے مستند وظائف وعملیات

امام الہند شاہ ولی اللہ محدث دہلویؒ

مریض کے کان میں ۷ مرتبہ اذان پڑھیں، اور سورۃ فاتحہ ومعوذ تین تین بار، آیۃ الکرسی اور سورۃ طٰہٰ اور آخر میں سورہ حشر اور پوری سورۃ الصافات پڑھیں ۔ آسیب جل کر خاک ہو جائے گا

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

غنا ظاہری و باطنی کے لیے:

﴿ یَا مُغْنِیُ ﴾ ۱۱۱ سو مرتبہ اور سورۃ مزمل روزانہ ۴۰ مرتبہ پڑھیں، اور اگر ۴۰ مرتبہ نہ پڑھ سکیں تو ۱۱ مرتبہ پڑھنا لازمی ہے۔

کشائش ظاہری و باطنی:

کشائش ظاہری و باطنی کے لیے درود شریف کا ورد کبریت احمر کا درجہ رکھتا ہے۔

صحیح سلامت واپسی کے لیے:

اگر کوئی شخص غائب ہو اور آپ کی خواہش ہو کہ صحیح سلامت واپس آجائے یا بیمار صحت یاب ہو جائے، تو فجر کی سنت اور فرض کے درمیان ۴۱ مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھنا چاہیے۔ سیدنا جعفر صادقؒ سے منقول ہے کہ اگر ایک گلاس پانی پر ۴۰ مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے بخار کے مریض کے منہ پر چھینٹا دیں، اور مریض کو پلائیں، اللہ تعالیٰ صحت یاب کرے گا۔

باؤلے کتے کا علاج:

اگر کسی شخص کو باؤلے کتے نے کاٹ لیا ہو، تو اس آیت کو روٹی کے ۴۰ ٹکڑوں پر لکھیں، اور ایک ٹکڑا روزانہ کھلائیں۔ آیت یہ ہے:

﴿اِنَّهُمْ یَكِیْدُوْنَ كَیْدًا وَّاَكِیْدُ كَیْدًا o فَمَهِّلِ الْكٰفِرِیْنَ اَمْهِلْهُمْ رُوَیْدًا﴾ (سورۃ الطارق، پارہ نمبر 30)

بچوں کو نظر بد اور ہر بیماری سے حفاظت کے لیے:

یہ دعا لکھ کر بچے کے گلے میں ڈالیں۔ ﴿ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o اَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ كُلِّ شَیْطَانٍ وَّهَامَّةٍ وَّ عَیْنٍ لَامَّةٍ تَحَصَّنْتُ بِحِصْنِ اَلْفِ اَلْفِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ ﴾

ہر آفت سے محفوظ رہنے کے لیے:

یہ دعا صبح و شام پڑھا کریں۔ ﴿ بِسْمِ اللّٰهِ اَنْتَ رَبِّیْ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ عَلَیْكَ تَوَكَّلْتُ وَاَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ o مَاشَآءَ اللّٰهُ كَانَ وَمَا لَمْ یَشَأْ لَمْ یَكُنْ اَشْهَدُ اَنَّ اللّٰهَ عَلٰی كُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ وَ اَنَّ اللّٰهَ قَدْ اَحَاطَ بِكُلِّ شَیْءٍ عِلْمًا وَ اَحْصٰی كُلَّ شَیْءٍ عَدَدًا o اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِیْ وَ مِنْ شَرِّ كُلِّ دَآبَّةٍ اَنْتَ اٰخِذٌۢ بِنَاصِیَتِهَا اِنَّ رَبِّیْ عَلٰی صِرَاطٍ مُّسْتَقِیْمٍ وَاَنْتَ عَلٰی كُلِّ شَیْءٍ حَفِیْظٌ o (اِنَّ وَلِیِّ ـَ اللّٰهُ الَّذِیْ نَزَّلَ الْكِتَابَ وَ هُوَ یَتَوَلَّی الصّٰلِحِیْنَ o سورۃ اعراف آیت نمبر 196) فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰهُ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَیْهِ تَوَكَّلْتُ وَ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ (سورۃ توبہ آیت نمبر 129)

آیات شفاء: مختلف سورتوں (سورۃ توبہ، یونس، نحل، بنی اسرائیل، الشعراء، حم السجدۃ) سے لی گئی یہ قرآنی آیتیں چینی کے برتن میں لکھ کر پانی سے دھو کر مریض کو پلائیں۔

﴿ وَیَشْفِ صُدُوْرَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِیْنَ o وَشِفَآءٌ لِّمَا فِی الصُّدُوْرِ o یَخْرُجُ مِنْ بُطُوْنِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ اَلْوَانُهَا فِیْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ o وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِیْنَ o وَاِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ یَشْفِیْنِ o قُلْ هُوَ لِلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا هُدًی وَّ شِفَآءٌ ﴾

چیچک کا علاج:

نیلی ڈور لیکر اس پر سورۃ الرحمٰن پڑھیں اور ہر ﴿ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴾ پر گرہ لگا کر، پھونک ماریں، اور بچہ کے گلے میں باندھیں۔ اس سورۃ کی برکت سے اللہ تعالیٰ مریض کو شفاء عطا فرمائے گا۔

اسمائے اصحاب کہف:

ان اسماء کی برکت سے انسان اور مال غرق ہونے، آگ میں جلنے اور لوٹ مار و چوری سے محفوظ رہتا ہے:

(اِلٰهِیْ بِحُرْمَةِ یَمْلِیْخَا بِكَسْلَمِیْنَا، كشفوطط، كشافطیوس، اذر فطیونس، یوانس بوس، وكلبهم قطمیر) (وَعَلَی اللّٰهِ قَصْدُ السَّبِیْلِ وَ مِنْهَا جَآئِرٌ (سورۃ نحل آیت نمبر 9) فَاللّٰهُ خَیْرٌ حَافِظًا وَّ هُوَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ (سورۃ یوسف آیت نمبر 64)

حاجت پوری ہو جائے گی:

﴿ یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ ﴾ ۱۲۰۰ مرتبہ پڑھا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ حاجت پوری ہو جائے گی۔

عمل آسیب زدہ:

جس شخص پر آسیب ہو، اس کے بائیں کان میں ﴿ وَلَقَدْ فَتَنَّا سُلَیْمٰنَ وَاَلْقَیْنَا عَلٰی كُرْسِیِّهٖ جَسَدًا ثُمَّ اَنَابَ سورۃ ص آیت نمبر 34 ﴾ ۷ بار پڑھ کر دم کریں۔

آسیب کو جلانے کا عمل:

مریض کے کان میں ۷ مرتبہ اذان پڑھیں، اور سورۃ فاتحہ ومعوذ تین تین بار، آیۃ الکرسی اور سورۃ طٰہٰ اور آخر میں سورہ حشر اور پوری سورۃ الصافات پڑھیں۔ آسیب جل کر خاک ہو جائے گا

آسیب زدہ کو ہوش میں لانے کے لیے:

پانی پر سورۃ فاتحہ، آیت الکرسی اور سورۃ جن کی پانچ شروع کی آیتیں پڑھ کر، مریض کے منہ پر چھینٹے ماریں۔ اور اگر کسی مکان میں جن کا شبہ ہو، تو مکان کے چاروں کونوں میں یہ پڑھا ہوا پانی ڈال دیں۔ جن فوراً بھاگ جائے گا۔

(بقیہ: نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج)

پوری دلچسپی اور توجہ سے اپنے فرائض انجام دیجئے اور فارغ اوقات میں مستقبل کے لیے جدوجہد کرتے رہیے۔ یہ ضروری نہیں کہ آپ تجارت ہی کو اپنی کامیابی سمجھیں، ممکن ہے کہ آپ ملازمت ہی کے لیے زیادہ موزوں ہوں اور اسی میں ترقی کر سکتے ہوں۔ سماجی بہبود کے کاموں کے لیے بھی تجارت ہی ضروری نہیں ہے۔ سماجی خدمت ہر طریقے سے اور ہر دائرے میں کی جا سکتی ہے اور وہ آپ ضرور کرتے رہیے۔ ذہنی بے چینی دور کرنے اور روحانی سکون کے لیے سماجی خدمت اور بے لوث کاموں سے بہتر کوئی طریقہ نہیں۔

بچے کا سر چپٹا کیوں ہوتا ہے؟

جب بچہ عرصہ دراز تک ایک ہی رخ پر لیٹا رہے تو اس کے سر میں عام چپٹا پن پیدا ہوتا ہے۔ چپٹا پن، اگر زیادہ ہو تو والدین ضرور اچھے معالج سے رابطہ کریں

تحریر: ڈاکٹر عمران معراج

دس انگلیاں، دو کان، ایک چھوٹی سی میٹھی مسکراہٹ لیکن چپٹا سر؟ ماں باپ اپنے بچے کو ہر لحاظ سے مکمل دیکھنا چاہتے ہیں، اسی لیے جب وہ اپنے بچے کے سر کی بناوٹ میں کوئی بے قاعدگی دیکھتے ہیں، تو فطرتاً پریشان ہو جاتے ہیں۔ جدید تحقیق کے مطابق جو بچہ کمر کے بل سوتا ہے اس کے سر پر چپٹے حصے نمودار ہو جاتے ہیں۔ اس تحقیق نے والدین کو پریشان کر دیا ہے۔ دنیا میں 80 فی صد بچے کمر کے بل سوتے ہیں۔ امراض اطفال کے ماہرین کہتے ہیں، ''بچے کو کمر کے بل سلانا اس کی جان بچانا ہے کیوں کہ اس سے بچہ کئی بیماریوں خصوصاً اچانک مرگ طفلاں روگ (Sudden infant death syndrome) سے محفوظ رہتا ہے۔ لیکن چونکہ والدین اپنے بچوں کو صرف کمر کے بل سلانے لگے ہیں اور پیٹ کے بل بہت کم یا بالکل نہیں سلاتے، اس لیے کئی بچے ایک مخصوص حالت پوزیشنل پلاگیوسیفلی (Positional plagiocephaly) کا شکار ہو رہے ہیں۔ بچہ جب ایک ہی رخ پر طویل عرصے تک لیٹا رہتا ہے تو اس کا نازک سر چپٹا یا بدوضع ہو جاتا ہے۔ تاہم والدین کو کہنا ہے کہ بچے کے سر پر معمولی چپٹا حصہ دیکھ کر والدین پریشان نہ ہوں کیونکہ پیٹ کے بل سونے والا بچہ کئی خطرات کا شکار ہو سکتا ہے۔ والدین کے لیے خوش خبری یہ ہے کہ سر پر چپٹے حصے عارضی ہوتے ہیں اور وقت کے ساتھ ساتھ ختم ہو جاتے ہیں۔

امریکہ کی ایک ممتاز ماہر امراض اطفال، ڈاکٹر کیتھرین برگ کہتی ہیں ''سر کا چپٹا پن برداشت کر لینا چاہیے دوسری صورت میں والدین اپنا بچہ کھو سکتے ہیں۔ پوزیشنل پلاگیوسیفلی ایک غیر مضر حالت ہے اور وہ بچے کی صحت یا نشوونما پر اثر انداز نہیں ہوتی۔ چپٹے حصے عموماً تین، چار ماہ کی عمر کے بچوں میں جنم لیتے ہیں جب بچے کم سرگرم ہوتے ہیں۔ بعد میں جب بچے ہلتے جلتے ہیں تو عام طور پر چپٹے حصے ختم ہو جاتے ہیں۔''

لیکن ڈاکٹر کیتھرین کا کہنا ہے کہ کمیاب کیسوں میں بدہیت سر خطرے کا پیغام بھی بن سکتا ہے۔ جب سر کے پچھلے حصے میں مخفی سیون (سر کی کھوپڑی کی ہڈیوں کی سیون) بہت جلد گل جاتی ہے تو ایک پیدائشی مرض لمبڈوئڈ سائنو سٹوسیس (Lamboid synostosis) جنم لیتا ہے۔ یہ مرض سرجری کے ذریعے ٹھیک کروا لیا جائے ورنہ سر مزید بدشکل ہو سکتا ہے۔ سر میں چپٹے حصے ایک اور پیدائشی مرض، التواء العنق (Torticollis) سے بھی جنم لیتے ہیں جس میں بچے کی گردن کے عضلات کھنچ جاتے ہیں، یوں بچے کا سر ایک طرف کھنچ جاتا ہے۔ جب بچہ عرصہ دراز تک ایک ہی رخ پر لیٹا رہے تو اس کے سر میں عام چپٹا پن پیدا ہوتا ہے۔ چپٹا پن، اگر زیادہ ہو تو والدین ضرور اچھے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

لیکن صرف کمر کے بل سونے ہی سے عام چپٹا پن پیدا نہیں ہوتا۔ وضع حمل کے دوران کسی پیچیدگی سے بھی بچے کا سر عارضی طور پر چپٹا ہو سکتا ہے۔ یا کثیر بچوں کی صورت میں رحم میں جگہ تنگ ہونے سے بھی یہ صورت پیدا ہو سکتی ہے ماہرین اب تسلیم کر چکے ہیں کہ کمر کے بل سونے سے چپٹا پن جنم لیتا ہے۔ سر خوبصورت اور گول رکھنے کے سلسلے میں درج ذیل مشوروں پر عمل کریں۔

1- سب سے پہلے والدین یہ خیال رکھیں کہ بچہ زیادہ دیر تک ایک ہی رخ نہ لیٹے۔

ڈاکٹر کیتھرین کہتی ہیں ''اکثر بچے ایک رخ پر سونا زیادہ پسند کرتے ہیں۔ والدین کوشش کریں کہ نیند کے دوران ان کی سمت بدل دیں۔ اگر بچہ جاگا ہوا ہے تب بھی زیادہ عرصا سے ایک ہی رخ پر نہ لٹائیں۔ چند بچے خاصی دیر تک پرکشش چیزوں، انوکھی آواز یا روشنی دیکھتے رہتے ہیں۔ بچے کی توجہ ہٹائیں تا کہ وہ اپنا رخ بدل لے۔''

2- دوسرے یہ کہ والدین کافی دیر بچے کو پیٹ کے بل لٹائیں۔ لیکن ضروری ہے کہ جب بچہ ہوشیار اور چاک و چوبند ہو تب ہی اسے پیٹ کے بل لٹائیں اور ماں باپ میں سے کوئی ایک قریب رہے۔ پیٹ کے بل لٹانے سے نہ صرف سر کے چپٹے حصے ختم ہو جاتے ہیں۔ بلکہ بچے کی نشوونما میں اضافہ ہوتا ہے۔ پیٹ کے بل لیٹ کر بچہ کندھوں، بازوؤں اور بالائی جسم کی ورزش کے مواقع حاصل کرتا ہے۔

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں

اس ماہ کی روحانی محفل 25 تاریخ کو پیر کے دن ہے۔ (غسل یا وضو کرنے کے بعد) دوپہر 12:21 سے لیکر سہ پہر 03:46 کے درمیان کسی بھی وقت **یا عزیزُ، یا غالبُ، یا فاتح** بلا تعداد 40 منٹ خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ ٹھیک 40 منٹ کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) قارئین! یہ ماہانہ ورد انفرادی طور پر فقیر عرصہ دراز سے لوگوں کو بتا رہا ہے۔ قارئین کے اصرار پر اب یہ سلسلہ رسالے میں شائع ہوا کرے گا۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے۔ آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(فقیر محمد طارق محمود عفی اللہ عنہ)

اپنے نفس کو فتح کرنا سب سے بڑی فتح ہے۔ (افلاطون)

ڈاکو یا سسرالی

قانون نہ ان چوروں کو پکڑ سکا جو خون پسینے کی کمائی سے بنایا ہوا جہیز لے گئے تھے، نہ قانون ان حریص لوگوں کا کچھ بگاڑ سکتا ہے جو جہیز کے بغیر کسی کی بیٹی کو قبول نہیں کرتے

کوئی نئی بات نہیں:۔

آج سے پانچ برس پہلے کی بات ہے ایک گھر میں چوری کی واردات ہوئی۔ اگلے روز اخبار میں چھوٹی سی خبر آئی۔ ہفتہ دس دن پولیس نے تفتیش کے بہانے گھر والوں سے کھانا کھایا اور بس..... ختم کہانی ہوگئی۔ ایسی کہانیاں اسی طرح ختم ہو جایا کرتی ہیں لیکن چوری کی اس کہانی کے بعد ایک کہانی اور شروع ہوئی ہے جو جلدی ختم نہیں ہو سکتی یا ہو سکتا ہے کبھی ختم نہ ہو۔

یہ گھرانہ جس میں چوری ہوئی، میاں، بیوی، ایک بیٹے اور بیٹی پر مشتمل ہے۔ میاں ایک ادنیٰ درجے کا ملازم تھا۔ یہ لوگ ان لوگوں میں سے ہیں جو شاید بیٹی کی پیدائش کے ساتھ ہی جہیز بنانا شروع کر دیتے ہیں۔ ان لوگوں نے بھی اسی طرح بیٹی کے لیے جہیز بنایا تھا۔ شادی کے لیے قرضہ بھی لیا اور شادی کی تاریخ بھی مقرر ہوگئی تھی۔

ایک رات ان کا بیٹا کمرے میں بیٹھا پڑھ رہا تھا۔ کمرے کا ایک دروازہ گلی کی طرف کھلتا تھا جو اس وقت کھلا ہوا تھا۔ ماں نے لڑکے کو کسی کام سے آواز دی۔ وہ صحن میں گیا اور واپس آگیا۔ اس کے بعد وہ بیٹھا پڑھتا رہا۔ رات زیادہ ہوئی تو اس نے دروازہ اندر سے بند کرلیا۔ رات کے دو بجے کے قریب اس کمرے کے صوفے کے پیچھے سے ایک آدمی ہاتھ میں پستول لئے ہوئے نکلا اور لڑکے کو دروازہ کھولنے کے لیے کہا۔ لڑکے کا دہشت سے برا حال تھا۔ اس نے کانپتے ہاتھوں سے دروازہ کھولا اور تین چور اور اندر آگئے۔ انہوں نے سب گھر والوں کو جگایا اور ایک جگہ اکٹھا کرلیا۔ لڑکے کی ماں سے چابیاں لیں اور سارا جہیز مع گھر کے قیمتی سامان، زیور اور پیسے کے، ساتھ لے گئے۔

اس کے بعد لڑکے والوں نے شادی یہ کہہ کر ملتوی کر دی کہ آپ کا سامان مل جائے تو شادی کی تاریخ پھر رکھ لی جائے گی۔ آج پانچ سال گذر گئے ہیں نہ سامان ملا، نہ شادی ہوئی اور نہ ہی پھر سامان بن سکا۔ لڑکے والوں نے کہیں اور لڑکا بیاہ لیا اور جہیز حاصل کر لیا۔ لڑکی کا باپ ریٹائرڈ ہو گیا اور بھائی (بی۔ اے) کر کے نوکری کی تلاش کرنے کا کام کر رہا ہے۔

اس ساری کہانی میں کوئی نئی بات نہیں۔ سوائے ایک بات کے کہ ان چار افراد کی بربادی کے ذمہ دار وہ چور نہیں بلکہ وہ باعزت لٹیرے بھی ہیں جو جہیز کے نام پر ان کو لوٹنا چاہتے تھے اور جب ان سے پہلے دوسرے چور یہ جہیز لوٹ کر لے گئے، تو وہ بھی دوڑ گئے۔ قانون نہ ان چوروں کو پکڑ سکا جو خون پسینے کی کمائی سے بنایا ہوا جہیز لے گئے تھے، نہ قانون ان حریص لوگوں کا کچھ بگاڑ سکتا ہے جو جہیز کے بغیر کسی کی بیٹی کو قبول نہیں کرتے۔

(بقیہ: مٹھاس کا اضافہ)

یہاں اس آدمی کو باعزت جگہ ملتی ہے۔ جو لوگوں کے ''دودھ'' میں اپنی طرف سے ''مٹھاس'' کا اضافہ کرے۔ اس کے برعکس جن لوگوں کے پاس دوسروں کو دینے کے لیے صرف کڑواپن ہو، انھیں بھی اس دنیا میں وہی چیز ملتی ہے جو انھوں نے دوسروں کو دی ہے۔ اگر آپ کچھ پانا چاہتے ہیں تو دنیا میں ''عطیہ کارڈ'' لیکر نکلئے۔ اگر آپ ''مطالبہ کارڈ'' لیکر نکلے تو یہاں آپ کو کچھ ملنے والا نہیں۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

دو کارآمد نسخے

(میمونہ سلیم ---- بہاولپور)

(1) یہ دو آزمودہ نسخے لکھ رہی ہوں۔ ایک دفعہ میری کزن کے بال بالکل اتر گئے۔ یعنی بالچر کی بیماری ہوگئی تھی۔ سارے جسم کے بال، پلکیں، بھنویں، سر کے بال اتر گئے۔ گنج ہو گیا تھا۔ سارے جہان کی دوائیں آزمائیں لیکن کچھ فرق نہ پڑا۔ بالآخر ایک ٹوٹکا کیا، بہت ہی آسان اور مفید ثابت ہوا۔ کسی نے بتایا کہ کوا پکڑ کر اس کا تازہ خون سر اور بھنووں، پلکوں پر لگائیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ کوا عام پرندہ ہے اور اسکو جال سے پکڑ کر، گھر کا کوئی مرد اس کو ذبح کرے اور اس کا تازہ خون سر پر ٹپکائیں۔ کیونکہ کوے کا خون تھوڑا سا نکلتا ہے اور جلد ہی جم جاتا ہے۔ کم از کم 4 گھنٹے یا 5 گھنٹے لگائیں۔ ایک دن میں ایک کوے کا خون لگائیں۔ تین دن تین کووں کا خون لگائیں۔ صرف تین کووں کا خون لگانے سے ہی انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ اور بال دوبارہ اگنا شروع ہو جائیں گے۔ قارئین یہ تو بہت ہی آسان اور مفت کا نسخہ ہے۔ اس کو میری کزن نے آزمایا اور بہت مفید پایا۔

(2) میرے نانا جان اکثر یہ کرتے تھے کہ بچھو کو مار کر شیشے کی چھوٹی تیل کی بوتل جس میں سرسوں کا تیل ہو اس میں مرا ہوا بچھو ڈال دیتے۔ دو بچھو ڈال لیں اور بوتل محفوظ کرلیں۔ جب بھی کبھی سانپ، بچھو، بھڑ یا زہریلا کیڑا کاٹ لے تو یہ تیل لگائیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا اور سوجن نہیں ہوگی۔ میرے نانا جان اکثر ایسا کیا کرتے تھے۔

(بقیہ: روزگار کی مشکلات آسان ہوگئیں)

ملاقات حضرت خضر علیہ السلام

اگر ہزار بار تنہائی میں پڑھے تو انشاء اللہ حضرت خضر علیہ السلام سے ملاقات حاصل ہو لیکن شرط ہے کہ روزی کی وجہ حلال سے پیدا کر کے کھائے۔

یہ اسم اذکار کا رمیکائیل سے ہے، جو شخص نصف شعبان کی رات اس اسم پاک کی لوح تیار کر کے اور اسم کے اعداد کے مطابق ۳۰۸ مرتبہ اسم پاک کا ورد کرے تو سال بھر کا رزق اللہ تعالیٰ اسے عنایت فرماتے ہیں۔

انگور کے پتوں سے پتھری کا علاج

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

میں سفر کے سلسلے میں جہانیاں تھا۔ وہاں ایک نہایت تجربہ کار شخص نے راز دارانہ انداز میں بتایا کہ ایسا شخص جس کو سانپ بار بار کاٹتا ہو یا سالانہ کاٹتا ہو، اگر مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کرے تو واقعی فائدہ ہوگا۔ اسی دوران جیکب آباد سے ایک مریض آیا اس نے یہ نسخہ استعمال کیا، واقعی مفید پایا۔ پھر تو کئی لوگوں نے یہ نسخہ استعمال کیا اور فائدہ اٹھایا۔

ھوالشافی:۔ ریوند عصارہ۔ گلقند۔ جلاپہ ہریڑ۔ ہر ایک 20 گرام کوٹ پیس کر روزانہ 1/4 چمچ چھوٹا چٹائیں۔ پھر کچھ عرصہ وقفہ کریں، پھر چٹائیں۔ کچھ ماہ اس ترتیب سے کریں، فائدہ ہوگا اور کبھی سانپ نہیں آئے گا۔

انگور کی خاصیت: گردے، مثانے اور آنتوں کے لیے لاجواب ہے۔ کنگ ایڈورڈ میڈیکل کالج سے 1954ء سے فارغ التحصیل ایک اعلیٰ ڈاکٹر، بہت عرصہ بیرون ملک رہے۔ واپسی پر ایک چائنیز ڈش اپنے دوستوں کو کھلائی جو کہ انگور کے پتوں میں پکی تھی۔ ڈش واقعی لاجواب اور لذیذ تھی۔ مزے سے کھائی گئی اسی محفل میں ایک سید صاحب بھی شریک تھے۔ رات کو انکے گردے میں سخت درد شروع ہوا جو کہ ناقابل برداشت تھا۔ فوراً انہیں ڈاکٹر صاحب کو بلایا گیا۔ انہوں نے علاج معالجہ کیا اور حیرت انگیز طور پر مثانے سے پتھری نکلی جو کہ بہت علاج دوا سے نہیں نکل سکی تھی۔ ڈاکٹر صاحب نے فوراً کہا کہ یہ انگور کے پتوں کا کمال ہے۔ قارئین کرام انگور اگر خوب پکے ہوئے ہوں اور کھٹے نہ ہوں اور چبا چبا کر کھائے جائیں تو یقیناً صحت اور تندرستی ہوگی اور گردے کی پتھری کا واقعی علاج ہے۔ (انشاء اللہ)

کانوں کا بہنا:۔ یہ ایک خبیث مرض ہے کہ اکثر دیکھا گیا ہے کہ کانوں کا آپریشن بھی ہو جاتا ہے لیکن مرض پھر بھی نہیں جاتا۔ ایک دیہاتی میرے پاس آیا اور گفتگو کے دوران اس نے یہ کانوں کے بہنے کا اکسیری نسخہ بتایا۔ موصوف نے واقعہ سنایا کہ میرے پاس ایک فقیر خیرات مانگنے آیا۔ میں نے اپنے 7 سال کے بچے کو روپیہ دیا کہ سائل کو دے۔ میرا وہ بچہ گذشتہ کئی سالوں سے کانوں کے بہنے اور پکنے کے مرض میں مبتلا تھا۔ فقیر نے فوراً کہا کہ یہ نسخہ بنا لو کبھی بھی آپ کے بچے کو پھر تکلیف نہیں ہوگی۔ میں نے جلدی جلدی بنایا واقعی مفید ثابت ہوا۔ پھر کئی اور بچوں کو استعمال کرایا، واقعی فائدہ ہوا۔ گل بنفشہ 50 گرام کو ایک کلو پانی میں ہلکی آنچ پر ابالیں۔ پھر جب ایک پاؤ پانی باقی بچے تو اس میں روغن گل ملا کر ہلکی آنچ پر ابالیں جب تمام پانی اور گل بنفشہ جل جائے۔ تیل نتھار لیں کانوں میں 3 قطرے ڈالیں صبح وشام چند ہفتے مزید استعمال کریں۔

جلے ہوئے زخموں کا کامیاب علاج:۔ میرے ایک آدمی کے دوست میجر صاحب ایک دفعہ بیٹھے تھے کہ دفعتاً اطلاع ملی کہ دیہات میں گڑ کے کڑاھے میں ایک بچہ گر گیا اور وہ بچہ اتنی بری طرح جھلس گیا کہ تمام لوگ ناامید ہوگئے۔ ڈاکٹرں نے بہت علاج کیے آخر کار لاعلاج کہہ دیا۔ اس بچے کو جب یہ نسخہ استعمال کرایا تو اللہ عزوجل نے کامل شفا عطا فرمائی۔ اس طرح ایک صاحب حلوائی تھے دوران کام ہاتھ بری طرح جل گیا انہوں نے بھی یہی نسخہ مستقل مزاجی اور توجہ سے استعمال کیا، بالکل صحت یاب ہوگئے۔ حتیٰ کہ لاعلاج اور آگ سے جلے اور گندے زخموں کے لیے جب یہ نسخہ استعمال کیا گیا تو شافی افاقہ ہوا۔

بورے والا کی ایک خاتون کو چولہے سے آگ لگ گئی۔ میرے پاس زیر علاج رہیں، خاتون پہچانی نہیں جاتی تھی۔ اس خاتون کو بھی یہی نسخہ استعمال کرایا، بہت زبردست چیز ہے۔

ھوالشافی:۔ چونے کا نتھرا ہوا پانی 1 پاؤ۔ السی کا تیل 1 پاؤ۔ رال سفید اعلیٰ 50 گرام۔ کافور 10 گرام۔ کتھہ پان والا 10 گرام۔ تمام چیزوں کو اکٹھا ڈال کر خوب گھوٹیں اتنا گھوٹیں کہ سب چیزیں مرہم کی طرح بن جائیں شرط یہ ہے کہ جتنا زیادہ گھوٹا جائے گا اتنا زیادہ فائدہ ہوگا۔

واضح رہے کہ گھوٹنے کے دوران باوضو یہ آیت بار بار پڑھتے رہیں اول آخر درود شریف 11 بار **قُلْنَا یَا نَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّ سَلَامًا عَلٰی اِبْرٰھِیْمَ** پڑھ کر یہ آیت کم از کم ۴ بار ضرور پڑھیں اور پھر دوا زخموں پر لگائیں۔ الغرض مذکورہ نسخہ جلے ہوئے زخموں اور گندے زخموں کا حتمی علاج ہے۔

سکھ چین کا کمال:۔ ایک نیک صالح صاحب نے ایک دفعہ مجھے بتایا کہ سکھ چین کے درخت کو پھلیاں لگتی ہیں ان میں سفید رنگ کے بیج ہوتے ہیں مجھے کسی نے بتایا کہ یہ بیج نزلے کیرے اور بلغم کا بار بار حلق میں گرنے کا کامل علاج ہے پہلے تو مجھے یقین نہ آیا کہ میں اس مرض کا بہت علاج کر چکا تھا۔ آخر کار تجربہ کے طور پر یہ نسخہ استعمال کیا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

روحانیت کی دنیا

حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ کے ہاتھوں ایک صحابیؓ جن کا کفن دفن

حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ مکہ تشریف لے جا رہے تھے۔ صحرا میں آپ نے ایک مردہ سانپ دیکھا۔ آپ نے فرمایا زمین کھودنے کا اوزار لاؤ۔ آپ نے گڑھا کھود کر اس سانپ کو کپڑے میں لپیٹ کر دفن کر دیا۔ یکا یک آواز آئی "خدا کی رحمت ہو تجھ پر اے سرق میں گواہی دیتا ہوں میں نے رسول اللہ ﷺ سے سنا ہے آپ فرماتے تھے اے سرق تو صحرا میں مرے گا اور میری امت کا ایک بہتر آدمی تجھ کو دفن کرے گا"

یہ سن کر حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ نے فرمایا "تو کون شخص ہے خدا تجھ پر رحم کرے" اس نے جواب دیا "میں جن ہوں اور یہ سانپ سرق ہے" سرق ان جنات میں سے تھا جنہوں نے حضور ﷺ سے بیعت کی تھی اس کے اور میرے سوا اب کوئی نہیں رہا تھا۔

استخارہ امام یافعیؒ

امام ممدوح فرماتے ہیں کہ جو شخص اپنے کام میں تذبذب کا شکار ہو اور کچھ نہ سوجھے، کہ کیا کروں، کیا نہ کروں۔ اس کو چاہیے کہ نماز عشاء کے بعد دائیں کروٹ پر روبہ قبلہ لیٹ کر سورۃ واللیل، سورہ والضحیٰ، سورہ الم نشرح سات سات مرتبہ پڑھے۔ اور یوں دعا کرے۔ **اَللّٰھُمَّ اجْعَلْ لِّیْ مِنْ اَمْرِیْ ھٰذَا فَرَجًا وَّ مَخْرَجًا اِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ۔** ضرورت دیکھے تو دوسرے تیسرے روز بھی یہی عمل کرے۔ تین راتوں کے اندر ہاتف بتائیگا کہ کام کا صحیح راستہ یہ ہے۔

خواب میں کسی فوت شدہ کی حالت

حضرت امام حسن بصریؒ سے منقول ہے کہ جو شخص کسی فوت شدہ عزیز کی اُخروی حالت دیکھنی چاہے۔ اس کو چاہیے کہ نماز عشاء کے بعد چار رکعت نماز نفل پڑھے اور ہر رکعت میں فاتحہ کے ساتھ **سورہ الھکم التکاثر** پڑھے۔ پھر یہ دعا کر کے سوجائے۔ **اَللّٰھُمَّ اَرِنِیْ** (فلاں یہاں اس فوت شدہ عزیز کا نام لے) **عَنِ الْحَالَۃِ الَّتِیْ ھُوَ عَلَیْھَا۔** انشاء اللہ وہ عزیز اس کو اپنی اصلی حالت میں نظر آ جائیگا۔

(بحوالہ "کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات" مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں۔)

دانا وہ ہے جو گردش ایام سے تنگ دل نہ ہو۔ (حکیم اقلیدس)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

ایک بار کی ناکامی مستقل ناکامی کا لازمہ نہیں ہوتی بلکہ مضبوط ارادے کے لوگ ناکامی ہی کو کامیابی کا زینہ بناتے ہیں

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

پیشہ کا انتخاب

میں ایک عرصے سے ایک فرم میں کام کر رہا ہوں۔ دیانت داری سے کام کرتا ہوں اور محنت بھی کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔ یعنی دفتر کا سارا وقت مصروف رہنے کی کی کوشش کرتا ہوں لیکن اس کے باوجود ترقی نہیں کر سکا۔ وہیں کا وہیں ہوں جہاں دس سال پہلے تھا۔ جب کہ میرے ساتھی بہت آگے بڑھ گئے ہیں۔ حالانکہ میری ایمان داری کی میرے افسر بھی قدر کرتے ہیں۔ آخر کیا وجہ ہے؟ مجھے اپنی ترقی کے لیے کیا کرنا چاہیے؟ کیا نوکری چھوڑ دوں؟ (م۔ج۔ب)

جواب:۔ آپ نے یہ نہیں لکھا کہ آپ کس حیثیت سے ملازم ہیں؟ آپ کے ذمے کوئی فنی کام ہے یا محض تحریری۔ لیکن میں آپ کے خط سے جہاں تک سمجھا ہوں آپ کسی غیر فنی کام پر مامور ہیں۔ دوسری چیز جو آپ کی تحریر سے سمجھ سکا ہوں وہ یہ ہے کہ آپ کو اپنے کام سے ذہنی لگاؤ نہیں۔ آپ دیانت دار ہیں۔ محنت کرتے ہیں، لیکن یہ سب فرض سمجھ کر، اپنی طبیعت پر جبر کر کے پورا وقت کام کرتے ہیں۔ فرض شناسی ایک بہترین خصوصیت ہے، لیکن اس کے ساتھ اگر انسان کو اپنے کام سے دلچسپی بھی ہو، ذہنی لگاؤ بھی ہو تو ترقی کے راستے کھل جاتے ہیں اور کامیابی قدم چومتی ہے۔ دلچسپی ہی کام میں مہارت کا ذریعہ بنتی ہے۔ ایک چیز تو ہوتی ہے کام کو پورا کرنا اور ایک چیز ہوتی ہے کام میں خوبی پیدا کرنا، جدت پیدا کرنا، نئے پہلو ڈھونڈنا۔ اس خصوصیت کے لیے رجحان کے مطابق کام ہونا چاہیے۔ چنانچہ اگر میرا اندازہ صحیح ہے تو آپ کی مشکل کا حل یہ نہیں ہے کہ آپ نوکری چھوڑ دیں، کیوں کہ آپ کو کوئی دوسری نوکری یا کاروبار تو کرنا ہی ہوگا۔ وہ بھی آپ کے رجحان طبع کے مطابق نہیں ہوا تو اس میں بھی ترقی کے امکانات نہیں ہیں۔ سب سے پہلا کام آپ کو یہ کرنا چاہیے کہ اپنی دلچسپی کا صحیح اندازہ کیجئے۔ رجحان سمجھئے اور اگر موجودہ کام رجحان کے مطابق نہیں ہے تو دوسرا کام رجحان کے مطابق سوچیے، تلاش کیجئے اور ضرورت ہو تو دوستوں سے مشورہ کیجئے۔ پھر بے شک نوکری چھوڑنا مفید ہوگا اور آپ اپنے پسندیدہ کام میں بہت جلد کامیابی اور ترقی حاصل کر لیں گے۔

ایک بات اور ہے، آپ کے تعلقات اپنے ساتھیوں، ماتحتوں اور افسروں سے کیسے ہیں؟ کیا آپ کو تعلقات خوش گوار رکھنے کا گر آتا ہے؟ کیا آپ اختلافات کو حُسن و خوبی سے حل کر لیتے ہیں؟ ذرا جائزہ لیجئے کہیں تعلقات کی خرابی تو آپ کی راہ میں حائل نہیں ہے؟ اگر آپ اپنے ساتھیوں سے خوش نہیں ہیں تو اس کا صاف مطلب یہ ہے کہ آپ کے تعلقات اچھے نہیں ہیں اور آپ کو فوراً اپنے رویے پر نظر ثانی کرتے ہوئے تعلقات کو خوشگوار بنانا چاہیے۔

ناکامی اور بے چینی

مجھے بچپن سے ہی سماجی فلاح و بہبود کے کاموں سے دلچسپی تھی۔ اب وہ جذبہ جنون کی حد تک پہنچ چکا ہے۔ دوران تعلیم سیاسیات (پولیٹیکل سائنس) میرا خاص مضمون تھا۔ جب تک ہمارا خاندان معاشی طور پر کافی مضبوط تھا، ہم دوسروں کی بھلائی کے لیے کافی روپیہ خرچ کرتے رہے۔ کئی سماجی جماعتیں بنائیں اور ان کے پروگراموں کو جاری رکھنے کے لیے ذاتی پیسہ خرچ کرتے رہے۔ کارکنوں کی بھی خاطر تواضع کرتے رہے۔ پھر خاندانی اور گھریلو معاملات نے پہلو بدلا۔ نفاق نے اتفاق کی جگہ لے لی اور ہماری معاشی حالت کمزور ہوگئی۔ وہ کارکن جو ہمارے گھر کھانا کھاتے رہے، غائب ہو گئے۔ وہ تنظیمیں دفن ہوگئیں۔ تجارت میں ملازموں نے دھوکا بازی کی اور ہزاروں کا نقصان ہوا اور اب راقم الحروف کو گزر اوقات کے لیے ملازمت کرنی پڑی۔ جب بھی میں تنہا ہوتا ہوں یا نماز کا ارادہ کرتا ہوں، وہ گزرے ہوئے واقعات یاد آتے ہیں اور ذہنی سکون معطل ہو جاتا ہے یا جب میں شہر میں ناانصافی یا کسی غریب پر زیادتی دیکھتا ہوں تو پھر خیالات آتے ہیں کہ معاشرتی برائیوں کو دور کرنے کے لیے کام کروں، مگر حالات اجازت نہیں دیتے۔ دل مچلتا رہتا ہے۔ چاہتا ہوں کہ مزید تعلیم حاصل کروں، مگر دماغ میں وہی شوق قیادت اور گزشتہ واقعات اور دوستوں کی اصلاح کا خیال سا جاتا ہے۔ نتیجہ ظاہر ہے کہ بے چینی کس طرح ختم ہو سکتی ہے۔ معاشرتی فلاح و بہبود کے کاموں میں ناکامی کے بعد بھی اپنی مسلسل جدوجہد کی پالیسی جاری رکھوں یا نہیں۔

(محمد اسلم۔ فیصل آباد)

جواب:۔ آپ کے خط میں بہت سی باتیں تشنہ ہیں۔ اگر آپ ذرا تفصیل سے اپنے خیالات لکھتے تو مشورہ دینے میں زیادہ سہولت ہوتی۔ بہرحال آپ بطور خود اپنے اور خاندان کے تمام حالات کا جائزہ لیجئے اور کاروبار میں ناکامی اور باہمی اختلاف اور متعلقہ لوگوں کی بے وفائی کے اسباب کا کھوج لگانے کی کوشش کیجئے۔ اس کوشش میں یہ پہلو بطور خاص ملحوظ رکھیے کہ اپنے آپ کو بے خطا ثابت کرنے کا جذبہ کارفرما نہ ہو، بلکہ غیر جانب دارانہ جائزہ لیجئے کہ کس کی کتنی خطا تھی۔ باہمی نفاق اور دوستوں و ملازموں کی دھوکے بازی کی وجوہ کیا تھیں؟ کہیں آپ کی کسی عادت، لفظ یا رویئے کو تو دخل نہ تھا؟ اس جائزے کے نتیجے میں آپ آئندہ کے لیے آسانی سے راہِ عمل متعین کر سکیں گے۔ آپ نے ایک لفظ "شوق قیادت" استعمال کیا ہے۔ کیا یہ شوق حد سے بڑھا ہوا ہے اور اس کا اظہار دوسروں کے لیے تکلیف دہ تو نہ تھا۔ میں شوقِ قیادت کو برا نہیں کہہ رہا ہوں، لیکن یہ سمجھنے کی ضرورت ہے کہ آپ کی کامیابی اور ناکامی دونوں میں اس شوق کا حصہ کیا اور کتنا رہا ہے۔ فی الحال میں آپ کو یہی مشورہ دوں گا۔ آپ ناکامی کے احساس کو اپنے اوپر حاوی نہ ہونے دیں۔ ہر کام میں اور زندگی کے ہر میدان میں شکست و فتح اور کامیابی و ناکامی دونوں ہی سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ ایک بار کی ناکامی مستقل ناکامی کا لازمہ نہیں ہوتی بلکہ مضبوط ارادے کے لوگ ناکامی ہی کو کامیابی کا زینہ بناتے ہیں۔ ایک بار کی ناکامی سے سبق سیکھتے ہیں۔ اور جو باتیں اس ناکامی کا سبب بنتی تھیں آئندہ ان سے احتراز کر کے صحیح راہِ عمل متعین کرتے ہیں۔ آپ بھی مایوس نہ ہوں بلکہ مستقل کامیابی کے اسباب و حالات پیدا کرنے کی کوشش شروع کر دیجئے۔ جتنے عرصے تک آپ کو ملازمت کرنا پڑے، (بقیہ صفحہ نمبر 14 پر)

ہم دولت سے ہم نشیں حاصل کر سکتے ہیں دوست نہیں۔ (بقراط)

مختصر مسنون دعا کا معجزانہ اثر

ایک تیز رفتار وین نے پیچھے سے ہماری موٹر کو ٹکر ماردی ہے اور اس کا پچھلا حصہ نا قابل شناخت ہوگیا ہے۔ حادثہ نے تو ہمیں گھبراہٹ میں مبتلا نہیں کیا تھا لیکن اس منظر کے مشاہدہ نے ہمیں پریشان کر دیا۔

مولانا محمد الیاس ندوی

۱۴۲۲ھ کا سال تھا اور شعبان المعظم کا مہینہ اور اس کا آخری ہفتہ‘ دن اب ٹھیک سے یاد نہیں‘ میں متحدہ عرب امارات کے سفر میں تھا۔ ایک روز صبح دوبئی سے ابوظبہی، اپنے عزیز و اقارب اور دوست احباب سے ملنے کی غرض سے جانا ہوا۔ ساتھ میں استاد محترم مولانا فاروق ندوی صاحب بھی تھے اور گاڑی ہمارے دوست محمد سعید صاحب (مصنف انگریزی کتاب اسلام اور غیر سودی بینکنگ نظام) کی تھی اور وہی اس کی ڈرائیونگ بھی کر رہے تھے۔ شام کو ہم لوگ ابوظبہی سے سے واپس ہوئے‘ راستہ میں مغرب کی اذان ہوئی‘ لب سڑک واقع ایک چھوٹی سی مسجد میں اتر کر ہم لوگوں نے نماز ادا کی اور واپس گاڑی میں بیٹھ کر روانہ ہوگئے۔

مولانا نے ہم سب سے فرمایا کہ سب لوگ اپنے معمولات اور اوراد و وظائف مکمل کر لیں۔ کچھ ہی دیر میں ہم لوگ اپنے معمولات سے فارغ ہوئے اور پھر مغرب سے قبل والی تفریحی گفتگو شروع ہوئی۔ گاڑی اپنی پوری آب و تاب کے ساتھ تیز رفتاری سے دوبئی کی طرف رواں دواں تھی۔ دائیں بائیں سے گذرنے والی امریکی و یورپی طرز کی موٹر کاریں ہمیں اوورٹیک کرتے ہوئے آگے بڑھ رہی تھیں۔ اچانک کیا دیکھتے ہیں کہ ایک دھماکہ کی آواز سنائی دی اور یکلخت ہماری گاڑی رک گئی۔ ہم لوگ یہ سوچ کر نیچے اترے کہ شاید گاڑی پنکچر ہوگئی ہے اور اس کے ٹائر سے ہوا نکل گئی ہے۔ دروازہ کھول کر جب نیچے اترے تو ہمارے قدموں تلے زمین کھسک گئی۔ کیا دیکھتے ہیں کہ ایک تیز رفتار وین نے پیچھے سے ہماری موٹر کو ٹکر ماردی ہے اور اس کا پچھلا حصہ نا قابل شناخت ہوگیا ہے۔ حادثہ نے تو ہمیں گھبراہٹ میں مبتلا نہیں کیا تھا لیکن اس منظر کے مشاہدہ نے ہمیں پریشان کر دیا۔ اللہ کی قدرت کا کمال یہ تھا کہ ہمیں نہ کوئی خراش آئی تھی اور نہ کوئی زخم اور نہ ہمیں اس کا احساس بھی ہوا تھا کہ ہم حادثہ سے دوچار ہوئے ہیں‘ مولانا فاروق صاحب کی زبان سے بے ساختہ یہ جملہ نکلا **وَلٰکِنَّ اللّٰہَ سَلَّمَ** اللہ ہی نے محض اپنے فضل و کرم سے ہمیں محفوظ رکھا ورنہ ہم اپنے گناہوں سے بچنے کے قابل نہیں تھے۔ یہ یقیناً اسی دعا کا اثر تھا جو ہم لوگوں نے تھوڑی دیر پہلے پڑھی تھی کہ اللہ ہی کے نام کی برکت سے زمین و آسمان کی کوئی چیز اس کی اجازت کے بغیر نقصان نہیں پہنچا سکتی‘ وہی تنہا سننے اور جاننے والا ہے۔

”بِسْمِ اللّٰہِ الَّذِیْ لَا یَضُرُّ مَعَ اسْمِہٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ“

سرور کائنات ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ جو شخص صبح شام اس دعا کو تین بار پڑھے گا، اس کو کوئی چیز نقصان نہیں پہنچا سکتی۔ عام حالات میں اس دعا کی برکت سے حادثہ سے دوچار نہ ہونا وعدہ خداوندی ہے لیکن حادثہ میں مبتلا کر کے اس میں بھی محفوظ رکھنا یہ اس کی کمال قدرت کا مظہر ہے۔ وعدہ الٰہی حفاظت کا ہے۔ حادثہ و آزمائش سے بچا کر بھی اور حادثہ سے دوچار کر کے اس میں بھی محفوظ رکھنے کا بھی‘ بشرطیکہ یہ دعا پڑھنے والا اسے پابندی اور اللہ پر یقین و بھروسے کے ساتھ پڑھے۔

رسالے کا تبادلہ

اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

تنبیہ: ماہنامہ ”عبقری“ فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے فرقہ ورانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جوابدہ نہیں۔

مسلمانوں کی نماز کی فلم

(منیر احمد قریشی۔۔۔اعوان ٹاؤن)

ایک فلم کمپنی کے مالک کو مسلمانوں کی نماز کی فلم بنانے کا شوق ہوگیا۔ چنانچہ اس نے چند عربی لوگوں سے رابطہ کیا جو کہ امریکہ میں مقیم تھے اور ان سے کہا کہ کسی خوش الحان موذن اور خوش الحان امام قاری لائیں۔ ساتھ ہی پندرہ بیس نماز پڑھنے والے مقتدی بھی ہوں۔ مجھے نماز کی فلم بنانی ہے۔ ان لوگوں کو آمادہ کر کے فلم کمپنی کے سٹوڈیو میں لایا گیا۔ اذان کے شروع ہوتے ہی اس فلم کمپنی کے عیسائی مالک کے دل پر بڑا اثر پڑا۔ پھر جب نماز کی ابتدا ہوئی اور قاری صاحب نے آیات قرآنی کی تلاوت کی تو وہ شدتِ جذبات سے پھوٹ پھوٹ کر رونے لگا۔ نماز کے اختتام پر کمپنی کے مالک نے امام صاحب سے درخواست کی کہ مجھے مسلمان کر لیں۔ لہٰذا اس کو پہلے غسل کرایا گیا۔ پھر کلمہ پڑھا کر دائرہ اسلام میں داخل کرایا گیا۔ نومسلم نے قاری صاحب سے درخواست کی مجھے قرآن پڑھائیں۔ میں آپ کی خدمت کروں گا۔ امام صاحب نے کہا اس کی کوئی ضرورت نہیں۔ یہ تو ہمارا فرض ہے۔ ہم اپنا فرض ادا کریں گے۔ اس کے بعد نومسلم نے سب کچھ فروخت کر دیا اور اسلامی تعلیمات کے حصول میں لگ گیا۔ اس کے دوستوں رشتہ داروں نے پوچھا تم کو اسلام لانے میں کیا ملا؟ اتنا بڑا کاروبار چھوٹ گیا۔ اس نے جواب دیا مجھے جو سکون قلب ملا اور راحت دینی ملی، ساری زندگی نہیں ملی۔ بہت سے کاروبار کئے لیکن پریشان رہا۔ اب اسلام قبول کر کے مجھے اور کسی چیز کی ضرورت نہیں۔ اتنی ساری دولت اور وسائل نے وہ کچھ نہیں دیا جو اسلام نے دیا۔ یہ ساری دولت میری اولاد کو سات پشتوں تک کافی ہوگی۔ میں سکون سے آخری سفر طے کروں گا۔

قارئین کی قیمتی رائے

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوق خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ کا جواب ’ہاں‘ ہی ہوگا تو پھر ماہنامہ عبقری کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوق خدا کے لئے نفع رساں ہے، آیئے آپ بھی اپنا حصہ ملایئے، آپ اپنی قیمتی آراء جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہوسکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جا سکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں۔ Ubqari@hotmail.com

سب انسان ایک دوسرے کے اعضاء ہیں۔ کیونکہ پیدائش میں ان کا جوہر ایک ہے۔ (شیخ سعدیؒ)

خواتین کی بیماری	پیروں میں پسینا	بے خوابی	مچھلی کا استعمال	منہ کی بدبو

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

خواتین کی بیماری

(نازیہ خان۔۔۔لاہور)

آپ کا شمارہ ''ماہنامہ عبقری'' میں اور میری تمام فیملی بہت شوق سے پڑھتے ہیں۔ میرا خیال ہے کہ یہ ماہنامہ ہر لحاظ سے ایک منفرد رسالہ ہے، پاکستان کے تمام رسالوں سے۔ آج کل اکثر لڑکیوں میں ''لیکوریا'' کی شکایت عام ہے جس کی وجہ سے ہر وقت الجھن پیدا ہوتی ہے۔ حتیٰ کہ نماز تک صحیح طریقے سے ادا نہیں کی جاسکتی۔ میری عمر اس وقت 17 سال ہے اور مجھے بھی پچھلے دو سال سے ''لیکوریا'' کی تکلیف ہے۔ امید ہے کہ آپ میری اس گذارش پر ضرور غور کریں گے۔

جواب:۔ بیٹا! آپ نے یقیناً ایک نہایت اہم مسئلے کی طرف نشاندہی کی ہے۔ یہ تکلیف ان دنوں ذرا زیادہ ہی ہے۔ پیاری بیٹیوں کو اس مسئلے پر اس انداز سے غور کرنا چاہیے کہ ان دنوں پاکستان میں ثقافتی ماحول کیا ہے؟ گزشتہ چند سال تک ہر ذریعہ ابلاغ نے ثقافت کے نام پر پاکستان میں فحاشی کا پرچار کیا ہے۔ فحاشی کا جو پرچار ذرائع ابلاغ سے ہوتا رہا ہے اور آج بھی ہو رہا ہے، نہ صرف اخلاق کے لیے تباہ کن ہے بلکہ صحت کے لیے سم قاتل ہے۔ بے ہودہ پروگراموں اور نازیبا تصاویر سے بیٹیوں کے فکر میں ایک انتشار پیدا ہوتا ہے۔ اس فکری انتشار نے وطن کی بیٹیوں کو اس تکلیف میں مبتلا کر دیا۔ اسوقت ذرائع ابلاغ سے جو بھی نشر ہو رہا ہے وہ مشرقی روایات اور اسلامی ثقافت کے قطعاً منافی ہے۔ اس صورتِ حال نے امریکا جیسے ملک کے اخلاق کو تباہ کر کے وہاں اخلاق وصحت کے نہایت سنگین مسائل پیدا کیے ہیں۔ اس صورتِ حال کا نوٹس لینا چاہیے اور ذرائع ابلاغ کو انسانیت اور شرافت اختیار کرنی چاہیے۔ لیکوریا کا یہ ایک بڑا سبب ہے۔ ہاں ایک اور مسئلہ درپیش ہے۔ نوجوان بیٹیاں، ٹیلی ویژن سے نہایت قریب ہو کر بیٹھی ہیں۔ ٹیلی وژن بالخصوص رنگین ٹیلی وژن سے جو شعاعیں خارج ہوتی ہیں ان کی وجہ سے لڑکیوں کا ماہانہ نظام سخت متاثر ہوتا ہے اور وہ ماہانہ معمولات کی بے قاعدگیوں اور سیلان الرحم (لیکوریا) کی گرفت میں آجاتی ہیں۔ اس بیماری کے لیے بطور دوا سپاری پاک اور چارٹ سے غذا نمبر 6-5 کو استعمال کریں۔ انشاءاللہ بہت فائدہ ہوگا۔

پیروں میں پسینا

(عبدالحق۔۔۔کراچی)

عمر 41 برس، میرے پیروں کے تلوؤں میں موسم سرما میں کافی پسینا آتا ہے اور پاؤں جلتے ہیں جب کہ موسم گرما ایسی کوئی شکایت نہیں ہوتی۔ ازراہِ کرم علاج تجویز فرمائیے۔

جواب:۔ خاصی عجیب صورتِ حال ہے۔ تلوؤں میں پسینے کی گلٹیاں اگر ہیں تو سردیوں میں ان کا متحرک ہونا غیر معمولی بات ہے۔ پسینا ویسے بھی دوران خون کی کسی صورت میں آسکتا ہے۔ بالخصوص ان لوگوں کو جن کے مزاج میں تلخی اور عجلت ہو۔ میری رائے ہے کہ آپ کو اپنے پیروں کو نیم کے جوشاندے سے رات کو دھونا چاہیے اور سنگِ جراحت پسا ہو (پاؤڈر کی طرح) تلوؤں پر لگانا چاہیے۔ شاید اس سے یہ عجیب مسئلہ حل ہو جائے۔

منہ کی بدبو

(حمیرا گل۔۔۔فیصل آباد)

اسکول کے زمانے سے میرے منہ سے بہت بدبو آتی ہے۔ البتہ جب کچھ کھاتی پیتی ہوں تو یہ بدبو کچھ دیر کے لیے کم ہو جاتی ہے۔ طرح طرح کے ٹوتھ پیسٹ اور مسواکیں استعمال کرلیں، لیکن مسئلہ حل نہیں ہوا۔

جواب:۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اب آپ یا تو کالج میں ہیں یا یونی ورسٹی میں: ماشاءاللہ تعلیم مبارک ہو! توقع ہے کہ آپ کی درس گاہ خوش بودار ہوگی یعنی وہاں تعصب، تفرقہ اور دیگر آلائشوں کی بدبو نہیں ہوگی۔

ذرا آپ کے منہ کی بدبو کی بات ہو جائے۔ ایک تو یہ کہ اگر ۳۲ دانتوں اور دو رخساروں سے اور ایک زبان سے کلمات بد نکلتے ہیں تو ان کی دوا بھی کرنی چاہیے۔ ہاں ذرا یہ تو دیکھ لیجئے کہ آپ کے دانت کیسے ہیں؟ ایسا تو نہیں کہ آپ کے مسوڑھے نرم ہو گئے ہیں، ان میں پیپ ہے۔ اگر مسوڑھے نرم نہیں ہیں اور ان سے خون نہیں رستا تو معالجِ دندان سے مشورہ کیجئے کہ کسی داڑھ میں زخم تو نہیں ہے۔ بدبو کا ایک سبب یہ بھی ہو سکتا ہے۔ اگر یہاں سب خیریت ہے تو اب معدے کی طرف توجہ کرنی ہوگی اور آنتوں کو دیکھنا ہوگا کہ یہاں کوئی خرابی تو نہیں ہے۔ ایک تو یہ ہے کہ معدے میں سردی ہے اور غذا کو یہاں زیادہ رہنا پڑتا ہے۔ اس کا علاج کرنا ضروری ہے۔

اگر قبض ہے تو اسے رفع کرنا چاہیے۔ ان حالات میں غذا میں تبدیلی کرنی چاہیے۔ کم خوری کا طریقہ اختیار کرنا چاہیے اس لیے کہ آپ کا معدہ کمزور ہے۔ جوارشِ جالینوس چھ چھ گرام دونوں وقت (کھانے کے بعد) کھایئے اور چارٹ سے غذا نمبر 2 کو استعمال کریں۔

بے خوابی

(عالمگیر خان۔۔۔شیخوپورہ)

میری عمر 45 برس، گھریلو اور دفتری مصروفیات بے حد ہیں جن کی وجہ سے فکر وتشویش میں مبتلا رہتا ہوں۔ نیند بڑی مشکل سے آتی ہے۔ حکیم صاحب! مجھے کوئی مناسب نسخہ بتایئے کہ ذہنی الجھن دور ہو اور میں سکون کی نیند میں سوسکوں۔

جواب:۔ اس کا ایک علاج تو قناعت ہے۔ یعنی جو موجود ہے، اس پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کر کے اپنی مصروفیات کو کم سے کم کرلیا جائے۔ ہاں بعض مصروفیات ایسی ہوتی ہیں جو خدمتِ خلق کی تعریف میں آتی ہیں۔ میں ان کو کم کرنے کا مشورہ نہیں دے سکتا۔ اس راہ میں رکاوٹ میں نہیں ڈال سکتا۔ ایسی صورت میں آپ کو اس فن میں مہارت حاصل

علم بہت ہیں اور عمر کم۔ تو وہ سیکھ جس سے سب علم آجائیں۔ (حکیم اقلیدس)

کرنی چاہیے کہ رات جب بستر پر لیٹیں تو بہت کچھ بھول جائیں اور خود کو نیند کے حوالے کر دیں۔ یقیناً یہ مشکل کام ہے مگر ناممکن نہیں ہے۔ میں گولی کھا کر سونے کو غلط سمجھتا ہوں اور آپ کے لیے کوئی دوا تجویز کر کے خاموش ہونا نہیں چاہتا۔ آپ کو یہ مشورہ دینا چاہتا ہوں کہ مسائل اور افکار سے نمٹنا آپ کو آنا چاہیے۔ قوت برداشت کو ترقی دینی چاہیے۔ صبر کو اختیار کرنا چاہیے۔ سکون حاصل کرنے کے لیے خدمت کو لطف انگیز بنانا چاہیے۔ گھریلو اور دفتری کام اگر خدمت کا عنوان بن جائیں تو یہ خود عبادت بن جاتے ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5 کو استعمال کریں۔

مچھلی کا استعمال

(عاصمہ جہانگیر۔۔۔ٹوبہ ٹیک سنگھ)

حکیم صاحب! مجھے ایک سہیلی نے مشورہ دیا ہے کہ کراچی جیسے ساحلی شہروں میں صحت مند زندگی کے لیے باقاعدگی کے ساتھ مچھلی کھانا چاہیے۔ معلوم یہ کرنا چاہتی ہوں کہ کراچی میں رہنے پر مجھے کون سی قسم کی مچھلی کتنی مقدار میں استعمال کرنی چاہیئے۔ جو میری صحت کے لیے فائدہ مند ہو۔

جواب:۔ مچھلی یقیناً ایک اچھی غذا ہے اور اس کے کھانے پر کوئی پابندی نہیں ہے۔ نہ وقت کی کوئی قید ہے اور نہ مہینے کی کوئی قید۔ ہاں مچھلی تازہ ہونی چاہیے۔ پاکستان میں مچھلی رکھنے کا فن کم ہے۔ غلطی کی وجہ سے مچھلی کے جسم پر بیکٹیریا حد سے زیادہ پیدا ہو جاتے ہیں۔ ایسی مچھلی نقصان دیتی ہے۔ کراچی میں رہنا مچھلی کھانے کی کوئی شرط نہیں ہے۔ ویسے فطری طور پر ساحلی علاقے کے لوگ مچھلی کی طرف توجہ دیتے ہیں۔ اہم شہروں میں لوگ بکثرت گوشت کھا کر بیمار ہو رہے ہیں۔ ایک صحت مند جسم کو ہفتے میں زیادہ سے زیادہ دو بار گوشت کی ضرورت ہے۔ پھر گائے کے گوشت کا زیادہ استعمال مسلمہ طور پر مضر صحت ہے۔ اس کا کھانا ترک کرنا چاہیے۔ گائیوں کو پالنا چاہیے اور ان کے دودھ سے فائدہ اٹھانا چاہیے۔

احتلام کی کثرت

(محمد لطیف۔۔۔ہارون آباد)

عمر 24 برس، الحمدللہ صحت مند ہوں، لیکن کثرتِ احتلام کی شکایت مجھے کئی سال سے ہے۔ علاج کے لیے معالج کے پاس جاتے ہوئے شرماتا ہوں۔ برائے مہربانی کوئی مفید دوائی نسخہ تحریر فرما دیجئے۔ تاکہ مجھ جیسے ہزاروں نوجوانوں کا بھلا ہو جائے۔

جواب:۔ اگر نماز ادا نہ کرتے ہوں تو اس کی پانچ وقت کی پابندی کریں۔ کم از کم رات کو تو نماز پڑھ ہی لیا کیجئے۔ اس سے ذہنی سکون حاصل ہو گا اور قلب کو راحت ملے گی۔ یہ سکون اور راحت آپ کو احتلام سے نجات دلائے گا۔ میں اس کے لیے آپ کو کوئی دوا کھانے کا مشورہ نہیں دوں گا۔ اگر آپ دن کو کھانا کھاتے ہیں تو رات کا کھانا کم سے کم کر دیں۔ اس سے بھی احتلام رک جائے گا۔ ویسے مہینے میں ۲۔۱ بار احتلام ہونا مرض کی تعریف میں نہیں آتا ہے۔ احتیاط کے طور پر چارٹ سے غذا نمبر 4 کو استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، مجربلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اناس، رس بھری

بچوں کی دنیا میں بچوں سے باتیں

ان عظیم شخصیات کے نام جو پہلے عظیم بچے تھے اور عظیم لوگوں کی تربیت سے ہی وہ کامل بنے

تلاوتِ قرآن قربِ الٰہی کا ذریعہ:۔

حضرت امام احمد بن حنبلؒ کا واقعہ ہے کہ انہوں نے اللہ تعالیٰ کو خواب میں دیکھا (یاد رہے کہ اللہ تعالیٰ کو دیکھنے سے مراد ان کی خاص تجلیات کی زیارت ہے) حضرت امام احمد بن حنبلؒ فرماتے ہیں کہ میں اللہ تعالیٰ سے عرض کیا کہ آپ کا قرب حاصل کرنے کا سب سے بڑا ذریعہ کیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ''قرأۃ القرآن۔ یعنی قرآن کا کثرت سے پڑھنا۔ امام صاحب نے عرض کیا **بفهم او بلا فهم** یعنی قرآن کو سمجھ کر پڑھا جائے یا بلا سمجھے؟ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا **بفهم او بلا فهم** یعنی سمجھ کر اور بلا سمجھے دونوں طرح۔

(مرسلہ: مرسلین احمد۔۔کوئٹہ)

سب سے بڑا جھوٹ:۔

حضرت واثلہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا سب سے بڑا جھوٹ یہ ہے کہ کسی شخص کی اس کے والد کی بجائے کسی دوسری طرف نسبت کی جائے یا کوئی شخص ایسی چیز دیکھنے کا دعویٰ کرلے جو اس نے نہ دیکھی ہو یا وہ رسول اللہ ﷺ کی طرف ایسی بات کی نسبت کرلے جو آپ نے نہ فرمائی ہو۔ (بخاری شریف) (مرسلہ: واسع جبین۔ سکھر)

سلطنت کی قیمت:۔

حکایات میں ایک بزرگ کا واقعہ لکھا ہوا ہے کہ انہوں نے اپنے عہد کے بادشاہ سے ایک دن پوچھا کہ اگر تم اتفاقاً شکار کے لیے کہیں جاؤ اور راستہ بھول کر تن تنہا رہ جاؤ اور اس وقت تمہیں شدت سے پیاس لگے۔ حتیٰ کہ اس کے باعث تمہیں یوں محسوس ہو کہ اب شاید جان ہی نکل جائے گی اور اسی مشکل وقت میں کوئی شخص تمہارے پاس ایک پیالہ پانی لائے اور یہ مطالبہ کرے کہ اگر آدھی سلطنت اس کے نام کردی جائے تو تمہیں پانی کا پیالہ ملے گا۔ تو کیا تم آدھی سلطنت دے کر وہ پانی کا پیالہ خریدو گے یا نہیں؟ بادشاہ نے کہا کیوں نہیں۔ میں ضرور خرید لوں گا۔ بزرگ نے پھر کہا اگر اتفاق سے تمہارا پیشاب بند ہو جائے اور اس مشکل سے نجات کی کوئی صورت بھی نظر نہ آئے۔ ایسے میں ایک شخص آئے اور کہے کہ اپنی آدھی سلطنت مجھے دیدو تو میں تمہیں صحت یاب کردوں گا اس صورت میں کیا تم اپنی باقی آدھی سلطنت بھی اسے دے دو گے۔ بادشاہ نے کہا بالکل میں بقیہ نصف سلطنت بھی اس کو دے دوں گا۔ بزرگ یہ جواب سن کر مسکرائے اور فرمایا۔ بادشاہ سلامت آپ کی سلطنت کی یہ قیمت ہے...... ایک پیالہ پانی اور ایک پیشاب...... لیکن آپ اس سلطنت کی محبت میں اس قدر غرق ہیں کہ یادِالٰہی سے محروم ہوگئے۔

(مرسلہ: زیب قادر۔ لالہ موسیٰ)

بیت اللہ کو جانے والا لڑکا:۔

شیخ فتح موصلیؒ بیان فرماتے ہیں۔ میں نے جنگل میں ایک نابالغ لڑکا دیکھا جو راستے میں چل رہا تھا اور اس کے لب حرکت کر رہے تھے۔ میں نے سلام کیا۔ اس نے جواب دیا میں نے پھر سوال کیا صاحبزادے کہاں جا رہے ہو؟ کہا بیت اللہ کو جاتا ہوں، میں نے پوچھا کن الفاظ کے ساتھ لبوں کو حرکت دیتے ہو؟ لڑکے نے کہا قرآن کے ساتھ، میں نے کہا ابھی تک تم پر حج فرض نہیں ہوا؟ لڑکے نے کہا موت کو دیکھتا ہوں کہ مجھ سے چھوٹوں کو لے رہی ہے...... پھر میں نے کہا ...... تمہارے قدم چھوٹے ہیں اور راستہ دور کا ہے۔ کہا مجھ پر قدم اٹھانا اور خدا پر منزل مقصود پر پہنچانا ہے۔ اس نے کہا اے چچا کوئی مخلوق میں سے تم کو اپنے گھر بلائے تو کیا یہ مناسب ہے کہ تم اپنے ساتھ کھانا لیکر اس کے گھر جاؤ؟ میں نے کہا نہیں، لڑکے نے کہا میرا سردار اپنے بندوں کو اپنے گھر بلاتا ہے اور ان کو گھر کی زیارت کی اجازت دیتا ہے۔ ان کے ضعیف یقین نے انہیں توشہ لینے پر آمادہ کیا اور میں اس کو برا جانتا ہوں، ادب کا لحاظ کرتا ہوں۔ پھر لڑکے نے مجھ سے پوچھا کیا تمہیں گمان ہے کہ وہ مجھے ضائع و برباد کردے گا۔ میں نے کہا ہرگز نہیں۔ یہ کہہ کر لڑکا میری نظر سے غائب ہوگیا۔ پھر میں نے اسے مکہ میں دیکھا اور اس نے مجھے دیکھا اور کہا اے شیخ تم ابھی تک ضعیف یقین ہی پر ہو (روض الریاحین)

(مرسلہ: عطیہ کوثر۔ لاہور)

عظیم باپ کا عظیم بیٹا:۔

حضرت عبداللہ بن مبارکؒ کے والد غلام تھے، اپنے مالک کے باغ میں کام کرتے تھے، ایک مرتبہ مالک باغ میں آیا اور کہا ''میٹھا انار لایئے'' مبارکؒ ایک درخت سے انار توڑ کر لائے، مالک نے چکھا تو کھٹا تھا، اس کی تیوری پر بل آئے۔ کہا ''میں میٹھا انار مانگ رہا ہوں، تم کھٹا لائے ہو'' مبارکؒ جا کر دوسرے درخت سے انار لائے، مالک نے کھا کر دیکھا تو وہ بھی کھٹا تھا، غصہ ہوئے، کہنے لگے ''میں نے تم سے میٹھا انار مانگا ہے اور تم جا کر کھٹا لے آئے ہو'' مبارکؒ گئے اور ایک تیسرے درخت سے انار لیکر آئے، اتفاقاً وہ بھی کھٹا تھا، مالک کو غصہ بھی آیا اور تعجب بھی ہوا، پوچھا ''تمہیں ابھی تک میٹھے کھٹے کی تمیز اور پہچان نہیں'' ...... مبارکؒ نے جواب میں فرمایا ''میٹھے کھٹے کی پہچان کھا کر ہی ہوسکتی ہے اور میں نے اس باغ کے کسی درخت سے کبھی کوئی انار نہیں کھایا'' ...... مالک نے پوچھا ''کیوں''؟ ...... مبارکؒ نے جواب دیا کہ جناب وہ اس لیے کہ آپ نے باغ کی رکھوالی کی ذمہ داری مجھے سونپی تھی، باغ سے کھانے کی اجازت نہیں دی ہے اور آپ کی اجازت کے بغیر میرے لئے کسی انار کا کھانا کیسے جائز ہوسکتا ہے''؟ ...... یہ بات مالک کے دل میں گھر کر گئی ...... تحقیق کرنے پر معلوم ہوا کہ واقعتاً مبارکؒ نے کبھی کسی درخت سے کوئی انار نہیں کھایا۔ مالک اپنے غلام مبارکؒ کی اس عظیم دیانت داری سے اس قدر متاثر ہوئے کہ اپنی بیٹی کا نکاح ان سے کردیا۔ اسی بیٹی سے حضرت عبداللہ بن مبارکؒ پیدا ہوئے، حضرت عبداللہ بن مبارکؒ کو اللہ جل شانہ نے علمائے اسلام میں جو مقام عطا فرمایا ہے وہ محتاج تعارف نہیں۔

(مرسلہ: عبدالماجد۔ کراچی)

جو شخص انتقام کے طریقوں پر غور کرتا رہتا ہے اس کے زخم ہمیشہ تازہ رہتے ہیں۔ (بوعلی سینا)

آپ کی صحت اور ماہِ فروری

اگر آپ مغز بادام اور کشمش ملا کر صبح تا شام روزانہ نصف چھٹانک جیب میں رکھ کر آہستہ آہستہ کھاتے رہیں تو یہ آپ کے حافظے کا محافظ، اعصابی قوت کے لیے مژدہ جان افزا ہوگا

ماہ فروری موسم سرما کے عہد شباب کی دوسری منزل ہے۔اس مہینہ کی سرما کی شدت اور ماہ جنوری کے موسمیاتی شباب میں کچھ زیادہ فرق ہوتا لیکن موسمی تقاضوں کے امتیاز سے یہ مہینہ جنوری کی نسبت زیادہ احتیاط، ہوش مندی اور پیش بندی کا متقاضی ہے۔ کیونکہ عام مشاہدے کی بات ہے کہ عامتہ الناس کی اب غالب اکثریت جس میں اچھے خاصے مدبر نما اور صحت مند حضرات بھی شامل ہیں، قریب قریب غیر محتاط ہوتے ہیں۔ جس کے نتیجہ کے طور پر اس ماہ میں بیمار ہونے والوں کا تناسب جنوری کے مقابلے میں کہیں زیادہ ہوتا ہے۔

اکثر صاحب حیثیت اور غیر اعتدال پسند حضرات، موسم بہار کی آمد کے آثار کے پیش نظر سرد ہواؤں کے تھپیڑوں کو اپنی صحت وتوانائی کے لیے مفید سمجھتے ہوئے لباس کے معاملے میں تو جدت وتبدیلی اختیار کر لیتے ہیں لیکن گرم وخشک میوہ جات کے استعمال کے سلسلے میں اپنی روش میں ذرہ بھر تبدیلی نہیں کرتے اور حسب حیثیت گرم میوہ جات دسمبر وجنوری کی روایات کے مطابق استعمال کرتے رہتے ہیں۔ جس کا بدیہی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی شریانوں میں دوڑنے والا خون جو سابقہ دو ماہ میں گرم غذاؤں بالخصوص مچھلی، مرغ کا گوشت، اور گرم میوہ جات کے استعمال سے اچھا خاصا گاڑھا ہو چکا ہوتا ہے، مزید گاڑھا ہونے لگتا ہے اور قدرتی طور پر اس سے نہ صرف خون کی حدت اضافہ پذیر ہونے لگتی ہے بلکہ طبع و مزاج میں بھی شدت پیدا ہو جاتی ہے۔

کچھ خشک میوہ جات کے بارے میں:۔ خشک میوہ جات میں مونگ پھلی غربا کا خشک پھل ہے۔ یہ پھل اور اس کا مغز لذیذ اور خستہ ہوتا ہے۔ اگر نیم گرم ہو جائے تو کیا کہنے۔ مگر یہ بات یاد رکھنے سے تعلق رکھتی ہے کہ مونگ پھلی بکثرت کھانے سے گلہ خراب ہو جاتا ہے اور بہت زیادہ استعمال سے اچانک خونی مروڑ اٹھتے ہیں، حتیٰ کہ بڑے لوگوں کو خونی پیچش شروع ہو جاتی ہے۔ اس لیے اس کا کثرت سے کھانا خطرے سے خالی نہیں۔ اس کی مقدار خوراک نصف چھٹانک تک ہے۔

ہندوؤں کے ممتاز لیڈر گاندھی جی مونگ پھلی اس قدر بہتات سے استعمال کرتے تھے کہ خدا کی پناہ اور ساتھ اپنی بکری کا دودھ جسے وٹامنز بھی کھلائے جاتے تھے استعمال کرتے۔ چھٹی صدی ہجری کا طبیب نوح بن قمری، جو یہودی تھا، کو مونگ پھلی بہت مرغوب تھی۔

معلوم ہوتا ہے کہ یہ پھل چھٹی صدی ہجری سے پہلے بھی تھا۔ چونکہ ۴۶۰ سال قبل کے دانشور اور طبیب بقراط نے بھی اس خشک پھل کا ذکر کیا ہے۔ مگر بقراط کا کہنا ہے کہ یہ پھل گلے کے امراض میں زہر قاتل کا حکم رکھتا ہے۔

چلغوزے:۔ ان کا مغز پرلے درجے کا مقوی اعصاب ہے۔ اعصابی توانائی کا مظاہرہ کرنے والے اس سے استفادہ کر سکتے ہیں۔ اس پھل کا بکثرت استعمال صداع عصبی (سردرد) پیدا کرنے کا موجب ہے۔ زیادہ سے زیادہ ایک تولہ مغز تک جائز ہے۔ ہاں اگر آپ ہم وزن سوگی ملا کر کھائیں تو کافی حد تک بے ضرر بھی اور فرحت افزاء بھی ہے۔ اگر آپ مغز بادام کے برابر کشمش ملا کر صبح تا شام روزانہ نصف چھٹانک جیب میں رکھ کر آہستہ آہستہ کھاتے رہیں تو یہ آپ کے حافظے کا محافظ، اعصابی قوت کے لیے مژدہ جانفزا ہوگا۔ دبلے پتلے جسم میں فربہی عطا کرنے میں ید طولیٰ رکھتا ہے۔

احتیاطی تدابیر:۔ فروری میں رونما ہونے والے چھوٹے بڑے ہر نوع کے عوارض سے محفوظ رہنے کے لیے اگر مناسب غذا کی تدابیر اختیار کی جائیں تو نہ صرف یہ مہینہ بھی اپنی تمام تر شدت آفرینیوں کے باوجود بخیر و خوبی گزر سکتا ہے بلکہ ماہ مارچ میں ظہور پذیر ہونے والے ممکنہ عوارض کا خدشہ بھی لاحق نہیں رہتا۔ یہ احتیاطی تدابیر حسب ذیل ہیں۔

1- اس مہینے کے ناشتہ میں لیس دار اور ثقیل غذاؤں سے حتی الامکان گریز کرنا چاہیے۔ مثال کے طور پر بڑے گوشت کی نہاری، سری پائے کا شوربہ یا سالن بطور ناشتہ استعمال کرنا نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

امراض کا یقینی روحانی علاج

(مراسلہ: طاہر کریم۔۔۔گلگت)

پیارے حکیم صاحب السلام علیکم!

میں آپ کے ''ماہنامہ عبقری'' کا مستقل قاری ہوں اور آپ کا ماہنامہ پوری لگن سے پڑھتا ہوں۔ مجھے اس سے روحانی طور پر بہت زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔ آئندہ کے شمارے کے لیے میں اپنی تحریر بھیج رہا ہوں شائع کر کے شکریہ کا موقع دیں۔ انشاء اللہ امت کو فائدہ ہوگا۔

ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ میں ایسا شدید بیمار ہوا کہ مجھے اور دیکھنے والوں کو میری زندگی سے ناامیدی ہوگئی۔ میں اسی تکلیف شدید میں مبتلا تھا کہ میں نے شب جمعہ کو خواب میں دیکھا کہ ایک شخص میرے پاس تشریف لائے اور میرے سرہانے بیٹھ گئے۔ ان کے پیچھے بہت سی مخلوق آئی اور وہ داخل ہوتے وقت پرندوں کی شکل میں تھے اور بیٹھنے کے بعد آدمیوں کی شکل بن گئی۔ وہ داخل ہوتے رہے اور میں دروازے کو دیکھتا رہا سب وہ داخل ہو چکے تو اس شخص نے سر اٹھایا اور فرمایا کہ میں اس شہر میں تین آدمیوں کی عیادت کے لیے آیا ہوں۔ ایک تو یہ شخص (میری طرف اشارہ کر کے فرمایا) دوسرا صالح خاقانی (میں انکو اس سے پہلے نہیں جانتا تھا) تیسرے ایک عورت (جس کا نام نہ لیا) پھر اپنا ہاتھ میری پیشانی پر رکھ کر یہ دعا پڑھی۔ **بِسْمِ اللّٰہِ رَبِّیَ اللّٰہُ حَسْبِیَ اللّٰہُ تَوَکَّلْتُ عَلَی اللّٰہِ اِعْتَصَمْتُ عَلَی اللّٰہِ فَوَّضْتُ اَمْرِیْ اِلَی اللّٰہِ مَا شَآءَ اللّٰہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ**

پھر مجھ سے فرمایا۔ ان کلمات کو بہت پڑھا کرو۔ اس میں ہر بیماری سے شفا ہے اور ہر تکلیف کی کشائش اور ہر دشمن پر کامیابی ہے۔ پہلے پہل اسے عالمین عرش نے پڑھا تھا، جب انہیں عرش کے اٹھانے کا حکم ہوا اور قیامت تک اسے پڑھتے رہیں گے۔ ایک شخص نے جو آپ ﷺ کے دائیں یا بائیں جانب بیٹھے تھے پوچھا کہ یا رسول اللہ ﷺ اگر کوئی اسے دشمن کے مقابلے کے وقت پڑھے۔ فرمایا واہ واہ اس میں فتح ونصرت اور خوشخبری ہے۔ میں نے خیال کیا کہ وہ حضرت ابوبکرؓ ہیں۔ میں نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ یہ حضرت ابوبکرؓ ہیں؟ فرمایا یہ میرے چچا حضرت حمزہؓ، پھر اپنے دست مبارک سے بائیں طرف اشارہ کر کے فرمایا یہ شہداء ہیں۔ پھر پیچھے کی طرف اشارہ کر کے فرمایا یہ صالحین ہیں۔ پھر آپ ﷺ تشریف لے گئے۔ میں بیدار ہوا تو میری بیماری جاتی رہی اور صبح تک پہلے سے بھی زیادہ تندرست ہو گیا۔

(وَالْحَمْدُلِلّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ)

کمر اور مہروں کے مسائل کا آزمودہ چٹکلہ

ساری رات تکلیف میں گزاری، خدا خدا کر کے صبح ہوئی تو چاچا یوسف نے ایک پاؤڈر دیا جسے کھاتے ہی میں بفضلِ تعالیٰ صحت یاب ہو گیا

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

(تحریر: عزیز الرحمٰن چمن۔۔۔ پشاور)

چاچا محمد یوسف (تندی والے) جو کہ ہمارے دور کے رشتے دار ہیں۔ وہ پورے ہندوستان کے ہر شہر، ہر بستی اور گاؤں گاؤں پھرے تھے۔ اسکی وجہ کاروباری ہوتا تھی۔ چونکہ جنگ عظیم کا زمانہ تھا اور انگریز اپنی افواج کی خوراک کے لیے ''رودہ'' یعنی بکرے کی آنتوں میں قیمہ بھر کر ان افواج کو محاذ پر بھیجا جاتا تھا۔ لہٰذا پورے ہندوستان کی سیر و سیاحت ان کا شوق اور کاروباری ضرورت تھی۔ یہ واقعہ ہندوستان کے صوبہ گجرات کے بہت بڑے صنعتی شہر احمد آباد کا ہے۔ ہمارے بزرگ راوی فرماتے ہیں کہ احمد آباد کے قرب و جوار کے قصبات اور دیہات سے مال اکٹھا کرنے میں دو یا تین دن تھے۔ لہٰذا مجھے وہاں رات رہنا پڑا اور فضول اِدھر اُدھر مٹر گشت کرتا رہا۔ ایک میدان میں آگ روشن تھی وہاں کافی رش تھا اور بہت سارے لوگ اکٹھے ہو رہے تھے۔ جب میں نزدیک ہوا تو معلوم پڑا کہ یہاں پر ایک صاحب کرتب دکھا رہے ہیں۔ دو بانس ایک طرف کراس بندھے ہوئے ہیں اور اس طرح دوسری طرف بھی اسی طرح بندھے بانس کے درمیان سے ایک مضبوط رسی دوسرے بانس تک باندھی جاتی ہے اور اس رسی کو خوب کس کر بندھا جاتا ہے اور پھر اس رسی پر وہ صاحب اپنا کرتب دکھاتا ہے اور بعد میں تماشہ دیکھنے والوں سے بصد شکریہ اپنا انعام وصول کرتا ہے۔ اب ہوا یہ ہے کہ وہ کرتب دکھانے والا اپنا توازن قائم نہ رکھ سکا اور اوپر سے نیچے زمین پر گر گیا اور لوگ جو کہ بیٹھے تھے، کھڑے ہو گئے اور تمام مجمع سے ایک ساتھ ایک قسم کی چیخ نکل گئی اور اس شخص نے معمولی حرکت اور اور پھر ساکت ہو گیا؟؟ لیکن اس کے قبیلے کے لوگ جن میں خواتین و حضرات موجود تھے، اس زخمی کو چارپائی پر ڈال کر اپنے خیمے میں لے گئے۔ ان تمام تماش بینوں میں سے صرف میں ہی اس خیمے تک پہنچ گیا اور اس زخمی سے اس کی خیریت دریافت کی اور ایک روپیہ دودھ کے لئے اور کھانے کے لیے پھکڑی کا کہہ کر آ گیا۔

میرا خیال تھا کہ کم از کم 10/15 دنوں تک اس زخمی کا صحت یاب ہونے کا امکان نہیں ہے۔ مگر میری حیرت کی انتہا ہو گئی کہ دوسرے دن یعنی رات کو پھر وہی آدمی کرتب دکھا رہا تھا۔ اب میری حیرت نے مجھے مجبور کیا کہ جب کرتب ختم ہوں تو ان صاحب سے پوچھوں۔ میں بعد میں ان کی صحت یابی اور مبارک باد کے لیے ان کے خیمے کی طرف چلا گیا۔ میں نے اس زخمی سے پوچھا کہ کیا پھکڑی نے اتنا اچھا عمل کیا۔ مگر زخمی نے جواب دیا نہیں اور اس نے ایک بوتل مجھے دکھائی کہ یہ دوائی کھائی ہے۔ اس بوتل میں زردی مائل پاؤڈر تھا۔ میں نے پوچھا کہ اس میں کیا ہے؟ تو انہوں نے کہا کہ یہ صرف ایک بوٹی ہے۔ اور میں نے مزید سوال کرنا مناسب نہ سمجھا اور 2 روپے دیکر میں واپس آ گیا۔ پھر تیسرے دن میں یعنی دن کے وقت ان کے خیمہ میں پہنچ گیا۔ انہوں نے میرا استقبال کیا اور مجھے بڑے احترام سے بٹھایا اور کہا میں آپ کے لیے چائے بنا کر لاتا ہوں۔ مگر چونکہ میں چائے نہیں پیتا تھا۔ لہٰذا میں نے معذرت چاہی اور ان کو پانچ کا نوٹ انعام دیکر واپس ہوا اور پھر چوتھے دن میں گیا اور اس ارادہ سے گیا کہ آج یہ نسخہ ان سے لیکر آؤنگا۔ میں جب ان کے ڈیرے (خیمہ) میں پہنچا تو تمام کے تمام لوگ دست بستہ کھڑے ہو گئے مجھے ان کے چمکتے دمکتے چہرے بڑے پیارے اور خلوص و محبت سے پُر معلوم ہوئے۔ آمدم برسر مقصد: مزاج پرسی کے بعد میں نے مطلب کی بات کر دی (میں اپنا پورا تعارف کرا چکا تھا کہ میں کہاں سے آیا ہوں اور جب انہیں معلوم ہوا کہ وہ پہاڑی علاقہ ہے، وہ بہت خوش ہوئے) میں نے کہا جیسا کہ آپ کو معلوم ہے کہ میرا علاقہ پہاڑی ہے۔ اکثر لوگ غلطی سے کسی نہ کسی طرح گرتے رہتے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ مجھے پوری تفصیل سے بتائیں کہ آپ نے کیا کیا اور کس طرح یہ پاؤڈر کھایا۔

اب آپ نوٹ کریں انہوں نے بتایا کہ ایک پاؤ گرم دودھ 1/2 چھٹانک دیسی گھی اور ایک ماشہ پاؤڈر منہ میں ڈال کر گھی ملا دودھ اوپر سے پی لیں۔

ہمارے پشاور میں خاص کر قبرستانوں میں جب قبر کھودی جاتی ہے تو لمبی لمبی جڑیں ہوتی ہیں۔ یہ گانٹھ دار جڑیں ہوتی ہیں۔ جسے مقامی زبان یعنی پشتو میں دَرَب اور کھبل بھی کہتے ہیں۔ اگر ننگے پاؤں اس گھاس پر چلا جائے تو یہ تلوؤں میں چبھتی ہے۔ سخت گرمیوں میں اس کا رنگ یعنی پتوں کا رنگ پیلا ہو جاتا ہے۔ ان زرد پتوں کو پانی میں ڈال دیا جائے تو کچھ دیر کے بعد یہ پتے سبز ہو جاتے ہیں۔ دراصل یہ بالکل عام باغوں یا پارکوں میں سبز رنگ کی جو گھاس ہوتی ہے بالکل اسی شکل کی ہوتی ہے۔ جسے گھاس کاٹنے کی مشین کے ساتھ کاٹا جاتا ہے۔ مالی اسے پارک میں ہر طرف دھکیلتا رہتا ہے۔ شکل تو ایک ہی طرح کی ہوتی ہے مگر اس گھاس پر ننگے پاؤں پھرنے سے کچھ نہیں ہوتا۔ بلکہ حکماء حضرات کے مطابق صبح اس گھاس پر ننگے پاؤں پھرنا صحت کی نشانی ہے۔

نسخہ ھو الشافی:۔ درب یا کھبل کی لمبی جڑیں چھاؤں میں خشک کر کے ان جڑوں کو آہن دستہ میں باریک پیس کر اور باریک چھلنی سے اسے چھان کر بوتل میں زردی مائل سفوف محفوظ کریں۔ دیسی گھی 1/2 چھٹانک ایک گلاس گرم دودھ میں ڈال کر ایک ماشہ سفوف منہ میں ڈال لیں اور اگر دیسی گھی 1/2 چھٹانک سے آدھا کر دیا جائے تو شاید موجودہ حالات میں بہتر ہو لیکن اگر کمی بیشی کی ضرورت پڑے، تو کر لیں۔ اللہ تبارک تعالیٰ کے فضل و کرم سے مریض انشاء اللہ صحت یاب ہو جائیگا۔

ہوا یہ کہ میں جب لڑکا تھا تو میں اکثر نہر پر نہانے جایا کرتا تھا۔ ایک دفعہ خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ میں نے پل کی دیوار پر چڑھ کر اوپر سے چھلانگ لگائی۔ اتفاق سے میرا توازن قائم نہ رہ سکا اور میری ٹانگیں میری گردن کے ساتھ لگ گئیں اور میری چیخ نکل گئی۔ میری کمر (ریڑھ کی ہڈی میں) شدید ترین درد تھا۔ میں جب پانی میں پہنچا تو مجھے کوئی ہوش نہیں تھا اور مجھے تارے نظر آنے لگے۔ مگر کچھ لمحوں بعد میں ٹھیک ہو گیا اور جب گھر کو روانہ ہوا تو مجھ سے چلا نہیں جاتا تھا۔ دولڑکوں نے مجھے سہارا دیکر گھر تک پہنچایا۔ ساری رات تکلیف کے ساتھ برا حال رہا اور پوری رات سو نہ سکا۔ خدا خدا کر کے صبح ہوئی تو چاچا یوسف سے بات کی تو انہوں نے مندرجہ بالا نسخہ مجھے دیا یعنی پاؤڈر جسے میں نے فوراً کھا لیا۔ بفضل تعالیٰ صرف ایک دفعہ کھا کر میں صحت یاب ہو گیا۔ **نوٹ:** قارئین اس کا آسان اور مناسب سمجھ آنے والا نام پہچان اور مزید تحقیق کے سلسلے میں بندہ نے کتب سے رجوع کیا۔ مندرجہ ذیل حوالہ ملاحظہ فرمائیں۔ **(ایڈیٹر)**

دوب:۔ عربی: عشب پنجابی: دب فارسی: مرغ۔ مرگ انگریزی: (Couch Grass) (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

انسانی بچہ میں اللہ تعالیٰ کی عظمت کا اظہار

اگر حق تعالیٰ شانہٗ نومولود کو دودھ پینے کا الہام نہ فرمائیں تو دنیا کا کوئی طبیب یا ڈاکٹر یا سائنسدان بچے کو دودھ پینا نہیں سکھا سکتا

تحریر: غلام مصطفیٰ صاحب ماہر امراض بچگان۔۔۔نشتر میڈیکل کالج وہسپتال ملتان

بچے دنیا میں اللہ پاک کی معصوم مخلوق ہیں اور حدیث کے مفہوم کے مطابق سب ہی نیک فطرت پر پیدا ہوتے ہیں۔ اللہ پاک نے انہیں بنانے میں جس کاریگری کا مظاہرہ کیا ہے، انسانی عقل اس پر انگشت بہ دندان ہے۔ اللہ تعالیٰ کی سب قدرتوں کا احاطہ کرنا تو انسانی عقل کے بس کی بات ہی نہیں۔ جن باتوں کی اب تک ڈاکٹروں اور سائنسدانوں کو سمجھ آئی ہے۔ وہی حیران کر دینے والی ہیں۔ مثلاً پیدائش کے وقت بچے کسی بھی رنگ، نسل اور مذہب کے ہوں یا کسی بھی علاقے سے تعلق رکھنے والے ماں باپ کے ہاں پیدا ہوں، ان کے جسم کی ساخت اور ابتدائی عادات ایک جیسی ہوتی ہیں۔ پیدائش کے بعد بچے کا رونا ایک معروف بات ہے۔ بچہ چاہے غریب کا ہو یا امیر کا لیکن پیدائش کے بعد رونا اس کی زندگی کی علامت ہے۔ اسی رونے سے بچے کے پھیپھڑے پھیلتے ہیں اور بچہ اس دنیا میں میں سانس لینے کے قابل ہوتا ہے۔ یہ بات اللہ تعالیٰ ہی نے بچے کے جسم کو سکھائی ہے کہ جیسے ہی بچے کو ماں سے آکسیجن کا ملنا ختم ہوتا ہے تو اسی وقت بچے کے رونے سے اس کے پھیپھڑے پھیل جاتے ہیں اور وہ ہوا سے آکسیجن لینے کے قابل ہو جاتا ہے۔

دراصل پیدائش سے پہلے پھیپھڑوں میں پانی بھرا ہوا ہوتا ہے لہٰذا وہ آکسیجن جذب نہیں کر سکتے، جب بچہ روتا ہے تو چند لمحوں کے لیے پھیپھڑوں میں بہت ہی چھوٹے ایسے سوراخ بنتے ہیں جہاں سے یہ پانی نکل کر خون میں شامل ہو جاتا ہے اور بچہ سانس لینے کے قابل ہو جاتا ہے۔ اللہ پاک کی قدرت کا کمال یہ ہے کہ یہ سوراخ اس کے فوراً بعد بند ہو جاتے ہیں۔ پیدائش کے بعد بچے کی ضرورت کھانا اور پینا ہوتی ہے۔ اللہ پاک نے اس کا بھی عجیب نظام تیار کیا ہوتا ہے۔ اللہ پاک نے ہر انسان کے جسم میں پسینہ پیدا کرنے والے غدود بنائے ہیں لیکن ماں میں انہی پسینے والے غدود میں سے چند ایک کو اللہ کریم اس انداز سے بناتے ہیں کہ اُن سے پسینے کی بجائے دودھ نکلتا ہے۔ یہ دودھ اُس وقت تک بچے کی مکمل غذا (کھانا بھی، پینا بھی) ہے جب تک وہ دوسری چیزیں کھانے کے قابل نہیں ہو جاتا۔ انسانی ہاتھوں کا بنایا ہوا کوئی بھی دودھ، ماں کے دودھ کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔

اس کے ساتھ ساتھ یہ اللہ کی قدرت کا کمال ہے کہ اگر بچہ پورے نو ماہ کا پیدا ہوتا ہے تو اللہ پاک اس کے لیے اس کے جسم کے مناسب دودھ ماں کو عطا فرماتے ہیں اور اگر بچہ سات یا آٹھ ماہ کے حمل کے بعد پیدا ہو تو ماں کا دودھ بھی ایسے بچے کی ضرورت کے مطابق تیار ملتا ہے۔ غرض یہ کہ اللہ کریم کی کس کس قدرت کو انسان سوچے اور غور کرے۔ پھر بچے کو پیدائش کے فوراً بعد دودھ پینا کون سکھاتا ہے؟ اللہ پاک نے یہ کام بھی خود ہی کر رکھا ہے۔ پیدائش کے بعد جیسے ہی ماں اپنا دودھ بچے کے گال سے لگاتی ہے تو بچہ فوراً اپنا منہ اس طرف کر لیتا ہے اور پھر جیسے ہی دودھ کا سرا بچے کے ہونٹوں پر لگتا ہے بچہ بن دیکھے ہی اسے منہ میں لے لیتا ہے۔ پھر دودھ کھینچنے کا عمل بھی اللہ کریم ہی نے اسے سکھا رکھا ہے ورنہ کسی اور کے بس کی یہ بات نہیں تھی۔ (اگر حق تعالیٰ شانہٗ نومولود کو اس کا الہام نہ فرمائیں تو دنیا کا کوئی طبیب یا ڈاکٹر یا سائنسدان بچے کو دودھ پینا نہیں سکھا سکتا) بچے کے سر کی ہڈیاں بنانے میں بھی اللہ پاک کی قدرت کا عجیب اظہار ہے۔ بچے کی کھوپڑی میں بہت سی ہڈیاں ہیں جن کو اللہ پاک نے مضبوط جھلیوں کے ساتھ جوڑا ہوتا ہے، پیدائش کے وقت چونکہ سر خاصا بڑا ہوتا ہے اس لئے پیدائش میں دقت ہو سکتی تھی، اس کا انتظام اللہ پاک نے یہ کیا کہ یہ ہڈیاں ایک دوسری کے اوپر چڑھ جاتی ہیں اور وقتی طور پر سر چھوٹا ہو کر آسانی کے ساتھ پیدائش کے راستے سے نکل آتا ہے، اسی طرح اگر یہ ہڈیاں بڑوں کی طرح جڑی ہوتیں تو بچے کا دماغ بڑھ نہیں سکتا تھا۔ ہڈیوں کی اسی بناوٹ کی وجہ سے جیسے جیسے بچے کا دماغ بڑا ہوتا جاتا ہے، بچے کی کھوپڑی بھی بڑھتی جاتی ہے۔ اس طرح کی بناوٹ کا فائدہ یہ ہے کہ سر کی چوٹ کو بچے زیادہ برداشت کر سکتے ہیں۔ ورنہ بچے جس طرح شرارتیں کرتے ہیں اور گرتے رہتے ہیں تو ہر روز سر کی ہڈیاں ٹوٹتی رہتیں، سر کی ہڈیوں کے علاوہ اللہ پاک نے بچوں کی (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر ملاحظہ کریں)

ٹی بی کا شافی علاج * قوتِ ارادی مضبوط * نوکری نہیں ملتی * حاسد کی بری نظر * شادیوں میں رکاوٹ

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

ٹی بی کا شافی علاج

(آصفہ۔۔۔کراچی)

میری بہن کو غدود کی تکلیف ہوئی۔ میڈیکل ٹیسٹوں کے بعد ٹی بی تشخیص ہوئی۔ بہن بہت پریشان و دل شکستہ ہے۔ اس کا وزن بھی کم ہو گیا ہے۔ علاج شروع ہوا ہے لیکن دواؤں کا ری ایکشن بھی ہو گیا ہے۔ اب اس کے لیے بھی مختلف ادویات استعمال کر رہی ہیں۔

جواب:۔ صبح شام پانی پر سورۂ یوسف کی پہلی آیت اور سورۂ حشر کی آیت نمبر 23 ایک ایک بار دم کر کے بہن کو پلائیں۔ بہن خود یہ عمل کرے تو زیادہ بہتر ہے۔ بہن کو سمجھائیں کہ خوفزدہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ اللہ پر یقین کے ساتھ علاج اور عمل شروع کر دے۔ آج کل یہ بیماری قابل علاج ہے اور علاج پریشان کن بھی نہیں ہے۔ پوری توجہ اور احتیاط کے ساتھ اچھے معالج کی ہدایت پر عمل جاری رکھا جائے، اللہ تعالیٰ شفا عطا فرمائیں گے۔

اسمائے الٰہی کی برکات

(رقیہ عبدالغنی۔۔۔نواب شاہ)

میں نے شادی کے لیے دو وظائف پڑھے جو اسمائے الٰہی اور سورۂ اخلاص پر مبنی تھے۔ اب وہ وظائف پورے ہونے والے ہیں۔ رشتے کی بات شروع ہوئی لیکن رشتہ طے نہیں ہو سکا۔ آج کل بھی وظائف کا ورد جاری ہے۔ کیا مجھے مزید کچھ مدت یہ وظائف جاری رکھنے چاہئیں یا مجھے کوئی اور دعا پڑھنی چاہیے۔ اس بارے میں آگاہ فرمائیں۔

جواب:۔ وظائف کا مقصد یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کے اسماء کی برکات وصفات سے فیض و مدد حاصل کی جائے اور ان کے وسیلے سے اللہ پاک سے مانگا جائے۔ اللہ تعالیٰ کی حکمت و مشیت کی طرف سے ہر بات کے لیے ایک وقت معین ہے اور اس میں کمی بیشی بھی اللہ تعالیٰ کی رحمت سے ہو سکتی ہے۔ لہٰذا اللہ پر توکل اور یقین کے ساتھ اس کی بارگاہ میں دعا کرتی رہیں کہ جو کچھ آپ کے لیے خیر کا باعث ہو وہ جلد واضح ہو کر سامنے آجائے۔ جب بندہ اللہ پر یقین و توکل سے کام لیتا ہے تو ضرور اسے فائدہ حاصل ہوتا ہے اور اس فائدے کی کئی طرزیں ممکن ہو سکتی ہیں۔ لہٰذا آپ موجودہ وظائف کو مزید چالیس دن پڑھ کر وظائف کی مدت ختم کر دیں۔

قوتِ ارادی مضبوط

(محمد علی۔۔۔جوہر ٹاؤن لاہور)

میں مختلف مسائل کی زد میں ہوں۔ گریجویشن کر رہا ہوں۔ لیکن تعلیمی طور پر روز بروز پیچھے ہوتا جا رہا ہوں۔ حافظہ کمزور ہے اور پڑھنے کو دل نہیں چاہتا۔ مختلف خیالات پریشان کرتے رہتے ہیں۔ اپنے مستقبل اور پڑھائی سے متعلق منصوبے بہت بناتا ہوں لیکن عمل نہیں کر سکتا۔ جسمانی طور پر اتنا کمزور ہوں کہ لوگوں کے سامنے جانے سے کتراتا ہوں۔ والد صاحب کی معاشی حالت اچھی نہیں ہے اور وہ قرض تلے دبے ہوئے ہیں۔

جواب:۔ آپ مختلف پریشانیوں کی وجہ سے ذہنی طور پر دباؤ میں رہتے ہیں۔ اسی لیے ذہنی قوتیں پوری طرح کام نہیں کرتیں۔ اللہ پر یقین اور قوتِ ارادی کے استعمال سے اپنی حالت بدلنے کی کوشش کریں۔ نماز کی پابندی کریں اور ہر نماز میں یہ تصور کریں کہ اللہ تعالیٰ آپ کو ارکان صلوٰۃ ادا کرتے ہوئے ملاحظہ کر رہے ہیں۔ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اول آخر تین تین بار درود شریف کے ساتھ سورۂ شوریٰ آیت نمبر 19 پانچ بار پڑھ کر دعا کیا کریں۔

سوچتی زیادہ ہوں

(مریم۔۔۔۔۔آزاد کشمیر)

میں بہت وہمی ہو گئی ہوں۔ نماز میں بھی کوتاہی کرنے لگی ہوں۔ پہلے کئی سورتیں اور دعائیں پڑھتی تھی، لیکن اب ان میں بھی ناغہ ہونے لگا ہے۔ نماز ادا کرتی ہوں تو یہ احساس ہوتا ہے کہ میں غلط پڑھ رہی ہوں۔ غائب دماغ رہنے لگی ہوں۔ خیالات میں بہت دور نکل جاتی ہوں۔ سوچتی زیادہ ہوں۔

جواب: آپ میانہ روی کا راستہ اختیار کریں۔ صرف نماز ادا کریں اور کوئی وظیفہ نہ پڑھیں۔ روزانہ پھولوں اور قدرتی مناظر کی تصاویر دیکھا کریں۔ صبح کے وقت چند عمدہ چھوہاروں پر سورۂ ھود کی آیت نمبر 57 دم کر کے کھا لیا کریں۔ نماز فجر اور نماز مغرب کے بعد چلتے پھرتے خالی الذہن ہو کر اللہ اللہ کا ذکر دل ہی دل میں کیا کریں۔ انشاء اللہ ذہنی حالت میں اعتدال و توازن پیدا ہو جائے گا۔

قرض کا بوجھ

(ظفر شاہد۔۔۔۔۔سیالکوٹ)

میرا مسئلہ قرض سے متعلق ہے۔ پانچ سال ہو گئے ہیں لیکن قرض کا بوجھ کسی طرح نہیں اترتا۔ بہت کوششیں کرتا ہوں لیکن مسائل ختم ہونے کا نام ہی نہیں لیتے۔ پہلا قرض ہی نہیں اتر پاتا کہ دوسرا مجبوراً لینا پڑتا ہے۔ حالات خراب سے خراب تر ہوتے جا رہے ہیں۔

جواب:۔ روزانہ رات کے وقت اول و آخر چار چار بار درود شریف کے ساتھ آیت الکرسی ایک بار پڑھ کر دعا کیا کریں۔ انشاء اللہ وظیفے کی برکات سے جلد ایسے اسباب سامنے آئیں گے جن سے ادائے قرض کی سبیل نکل آئے گی۔ حسبِ استطاعت ضرورت مند افراد کی مالی امداد ضرور کیا کریں۔

اعتماد کا فقدان

(نسیم۔۔۔۔۔سیالکوٹ)

بی اے کی طالبہ ہوں۔ جسمانی طور پر کمزور ہوں اور آئے دن بیمار ہو جاتی ہوں۔ میرے اندر قوتِ عمل کی کمی اور اعتماد کا فقدان ہے۔ اگر کوئی مجھ سے کوئی سوال کرے تو جواب آنے کے باوجود ذہن کام نہیں کرتا۔ حافظہ پوری طرح کام نہیں کرتا۔ ذہن میں کوئی بات آجائے تو کئی دنوں تک نہیں نکلتی۔ صبح اٹھنے کے بعد محسوس ہوتا ہے کہ رات کو سوئی نہیں بلکہ جاگتی رہی ہوں۔

جواب:۔ رات سونے سے پہلے وضو کر کے اندھیرے میں بیٹھ جائیں اور آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ آپ عرش الٰہی کے نیچے موجود ہیں۔اس تصور کے ساتھ ہی دل ہی دل میں پہلا کلمہ سکون واطمینان کے ساتھ پڑھتی رہیں۔اندازاً پندرہ منٹ یہ ورد کر کے سو جائیں۔نماز فجر کے بعد آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آنکھیں بند کر لیں۔آہستگی سے سانس اندر لیں اور باہر نکالیں اور اپنی پوری توجہ سانس کے عمل پر قائم رکھیں۔یہ عمل اندازاً دس منٹ تک جاری رکھا جائے۔یہ دونوں مشقیں کم از کم تین ماہ تک جاری رکھیں اور اول الذکر عمل جن دنوں میں نہ کر سکیں وہ شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔اپنے تمام خیالات کا بھی بغور جائزہ لیں اور جو باتیں کسی بھی طرح ذہنی بے سکونی کا باعث ہیں، ان سے ذہنی لاتعلقی حاصل کرنے کی کوشش کی جائے۔

نوکری نہیں ملتی

(سلیم۔۔۔نارووال)

ہمارے گھریلو مسائل میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے۔میرا بھائی مستقل بیمار رہنے لگا ہے۔جہاں بھی کام کرتا ہے لوگ اسے پیسے کم دیتے ہیں یا ٹال دیتے ہیں۔بڑی مشکل سے اس نے انٹر کا امتحان پاس کیا ہے۔نوکری بھی ایک مشکل امر ہے اور ملتی بھی نہیں ہے۔

جواب:۔ نماز فجر کے بعد اول گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور پھر سورۂ مزمل پڑھ کر گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔یہ عمل گیارہ بار دہرائیں اور کم از کم نوے دنوں تک پڑھیں۔

اہم کام اور فیصلہ میں رکاوٹ

(فیصل۔۔۔اٹک)

والد کم گو اور نمازی شخص ہیں۔کسی کا برا نہیں چاہتے اور نہ ہی سوچتے ہیں لیکن ہمارے قریبی رشتہ دار ہماری مخالفت کرتے ہیں اور ان کی نظر ہماری ہر چیز پر ہوتی ہے۔ہم جب بھی کوئی اہم کام یا فیصلہ کرتے ہیں تو طرح طرح کی رکاوٹیں آنے لگتی ہیں۔محنت کے باوجود والد صاحب کو حسب توقع فائدہ نہیں ہوتا۔

جواب: والد صاحب سے کہیں کہ وہ نماز فجر یا پھر نماز عشاء کے بعد سورۂ ص کی تلاوت کر کے اس کے معانی پر غور کریں اور اللہ تعالیٰ سے مشکلات کے خاتمے کی دعا بھی کریں۔اللہ پر توکل کریں اور کسی اندیشے میں گرفتار نہ ہوں۔انشاء اللہ قدرت کی طرف سے آسانیاں حاصل ہوں گی۔کم از کم نوے دنوں تک اس معمول پر کاربند رہیں۔

حصول برکت

(جمشید۔۔۔کراچی)

گھر میں مسائل کا ایک سلسلہ ہے۔والد صاحب کو فالج ہو گیا۔بھائی کو مستقل کمر درد کی شکایت رہتی ہے۔گھر میں برکت بالکل نہیں ہے۔ہزاروں لاکھوں کے حساب سے پیسے آتے ہیں اور سب کسی نہ کسی طرح خرچ ہو جاتے ہیں۔ذرائع آمدنی کے باوجود قرض کی مصیبت میں گرفتار ہیں۔افراد خانہ بھی ایک دوسرے سے دور رہتے ہیں اور قلبی اور دلی محبت ناپید ہو گئی ہے۔سب کے ذہنوں پر وسوسوں کا غلبہ رہتا ہے اور اکثر جادو ٹونے کے خیالات آتے رہتے ہیں۔

جواب:۔ سورۂ حشر کی آیت نمبر 22 اور 23 روزانہ گیارہ بار پڑھ کر، پانی پر دم کر کے والد صاحب اور بھائی کو پلائیں اور یہی آیات نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد سب گھر والے چار چار بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے خیر و برکت کی دعا مانگیں اور ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔انشاء اللہ تمام حالات و معاملات میں خیر و برکت ہو گی۔جس قدر بھی استطاعت ہو، اس کے مطابق ضرورت مند افراد کی مالی مدد کیا کریں۔

حاسد کی بری نظر

(محمد صادق......بہاولپور)

میں دکان کرتا ہوں لیکن جب سے دکان کھولی ہے، کوشش کے باوجود روز بروز ناکامی کی طرف جا رہا ہوں۔کسی نے بتایا ہے کہ ایک حاسد کی نظر بد اور عملیات کی وجہ سے صورتحال خراب ہو رہی ہے۔مشکلات سے نکلنے کے لیے کوئی مؤثر عمل بتائیں نیز محفل میں دعا کرائیں۔

جواب: آپ غور و فکر اور منصوبہ بندی کیساتھ کاروبار کو بہتر بنانے پر توجہ قائم رکھیں، وسوسوں میں گرفتار نہ ہوں، جب بھی دکان کھولیں، سورۂ کوثر سات مرتبہ پڑھکر، ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔جس قدر بھی معاشی حیثیت آپکو حاصل ہے، اس کے مطابق غریبوں کی امداد کیا کریں۔

معاشی مشکلات

(ناصر علی۔۔۔رحیم یار خاں)

میں تقریباً دو سال ملک سے باہر رہا اور آخری دنوں میں حالات کافی بہتر ہو گئے تھے۔لیکن بعض گھریلو مجبوریوں کی وجہ سے مجھے سب کچھ چھوڑ کر واپس وطن آنا پڑا۔یہاں حالات کے تحت میری جمع پونجی ختم ہو چکی ہے اور مشکلات میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔مشکلات کے باوجود یہیں کام کرنے کی کوشش کر رہا ہوں لیکن حالات ساتھ نہیں دیتے۔معاشی مشکلات کے ساتھ ایک خاندان کی کفالت کا فریضہ بھی میرے ذمے ہے۔کبھی سوچتا ہوں کہ دوبارہ بیرون ملک چلا جاؤں لیکن اس کے حالات بھی نظر نہیں آتے۔

جواب: روزانہ رات کو اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ اکیس مرتبہ آیت الکرسی اور نماز فجر کے فوراً بعد تین سو بار ''یاوہاب'' پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔یہ دونوں وظائف کم از کم نوے دن تک پڑھے جائیں۔بفضل تعالیٰ ایسے حالات ایسے سامنے آئیں گے کہ آپ کے لیے فیصلہ کرنا آسان ہو جائے گا۔

شادیوں میں رکاوٹ

(خرم شہزاد۔۔۔سرگودھا)

ہمارے ہاں اکثر شادیاں وٹے سٹے پر ہوتی ہیں۔میری بہن اور بھائی کی شادیاں بھی قریبی عزیزوں میں طے ہوئیں لیکن 9 سال گزرنے کے بعد بھی شادیاں نہیں ہوئی ہیں۔بہن کے بالوں میں سفیدی آنے لگی ہے۔اس کا ہونے والا شوہر نہ جانے کیوں شادی میں تاخیر کر رہا ہے اور ٹال رہا ہے۔دونوں کی عمریں گزرتی جا رہی ہیں، حالات کے جلد بہتر ہونے کے لیے کوئی بااثر اسم و دعا بتائیں۔

جواب:۔ خاندان کے بزرگوں اور آپ کے والدین کو عملی قدم اٹھانا چاہیے اور کم از کم یہ بات ضرور سامنے آنی چاہیے کہ تاخیر کی کیا وجوہات ہیں۔اس کے ساتھ ساتھ بہن روزانہ رات کو سونے سے پہلے یا نماز عشاء کے بعد تین سو بار یاوکیل پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں اپنے مسئلے کے متعلق دعا کیا کرے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب مدیر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

زندگیوں کے تجربات سے شلجم کے اچار تک

عجب بدتمیز ہو تم، یہ کیا بکواس ہے۔ شلجم کا اچار ہے، شلجم کا اچار ہے، ساری مجلسِ وعظ ان کی طرف متوجہ ہوگئی

سرگزشت۔۔۔عبدالمجید سالک

جیل کی زندگی میں لطیفوں کی کمی نہ تھی۔ایک دن شاہ صاحب نے قصہ سنایا کہ پٹنہ میں ایک مولوی صاحب وعظ فرما رہے تھے جس میں ''لا تنابزو ابالقاب'' کی تفسیر کے سلسلے میں انہوں نے یہ بھی فرمایا کہ کسی کی چڑ مقرر نہ کرنی چاہیے۔یعنی کوئی ایسی بات نہ کہنی چاہیے جس سے دوسرا شخص چڑ جائے۔ مجلس وعظ میں ایک مقامی تحصیل دار صاحب بھی بیٹھے ہوئے تھے۔انہوں نے پاس بیٹھے ہوئے ایک صاحب سے کہا کہ لوگ یونہی چڑ جاتے ہیں۔اگر کوئی شخص کسی کو چڑانے کی کوشش کرے اور وہ نہ چڑے تو کوئی بات نہیں۔مخاطب نے جواب دیا،نہیں، حضرت، چڑ کی بات ہے، آدمی چڑ ہی جاتا ہے،اس سے تغافل کرنا بڑا مشکل ہے۔

تحصیل دار صاحب قائل نہ ہوئے تو دوسرے شخص نے خاموشی اختیار کر لی۔دو چار منٹ گزرے تھے کہ اس شخص نے تحصیل دار سے پوچھا، کیوں صاحب، آپ کے ہاں شلجم کا اچار ہے۔ جواب ملا، نہیں صاحب، میرے ہاں شلجم کا اچار نہیں ہے۔کوئی دو منٹ کے بعد اس نے پھر سوال کیا۔ کیوں صاحب، آپ کے پاس شلجم کا اچار ہے۔تحصیل دار نے جواب دیا، میں عرض کر چکا ہوں کہ نہیں ہے۔یہ بہت خوب کہہ کر پھر چپ ہو گئے۔لیکن ابھی پانچ منٹ بھی نہ گزرے تھے کہ پھر پوچھا، تحصیل دار صاحب، آپ کے ہاں شلجم کا اچار تو ہوگا۔اب تحصیل دار صاحب برہم ہو گئے اور کہنے لگے، آپ برابر وہی چیز پوچھے جا رہے ہیں۔اس شخص نے معافی مانگی اور خاموش ہو گیا۔لیکن دو ہی منٹ گزرے تھے کہ اس نے پھر وہ سوال دہرایا، کیوں صاحب، آپ کے ہاں شلجم کا اچار ہے۔

اب تحصیل دار صاحب کے ضبط کا پیمانہ چھلک گیا۔کہنے لگے، عجب بدتمیز ہو تم، یہ کیا بکواس ہے؟ شلجم کا اچار ہے؟ شلجم کا اچار ہے؟ ساری مجلس وعظ ان کی طرف متوجہ ہوگئی۔مولوی صاحب نے وعظ روک دیا اور اس شخص نے فقط اتنا کہا کہ صاحب میں نے تو صرف یہ پوچھا تھا کہ شلجم کا اچار ہے؟

تحصیل دار صاحب نے جوتا پکڑ لیا، اب آگے آگے وہ شخص اور پیچھے پیچھے تحصیل دار صاحب، بھاگتے ہوئے مجلس وعظ سے نکل کر بازار میں پہنچ گئے۔

وہ شخص بار بار پیچھے مڑ کر پوچھتا، شلجم کا اچار ہے۔تحصیل دار صاحب گالیاں دیتے ہوئے اس کو مارنے دوڑے۔یہاں تک کہ شلجم کا اچار شہر بھر میں مشہور ہو گیا۔تحصیل دار صاحب جدھر سے گزرتے، لوگ بہانے بہانے شلجم کے اچار کا ذکر چھیڑ کر ان کو چڑاتے اور وہ چڑ کر گالیاں بکتے۔

ہائی بلڈ پریشر کا گارنٹی شدہ علاج

(مراسلہ: پروفیسر شعیب الرحمٰن قادری۔۔۔ٹیکسلا کینٹ)

محترم ومکرم جناب منتظم صاحب السلام علیکم!

میں نے آپ کا ماہنامہ عبقری پڑھا۔دل کو پسند آیا۔ اس کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے۔اس میں ہر غم کا علاج موجود ہے اور میں نے اس سے بہت ہی زیادہ فائدہ حاصل کیا اور آپ کے خدمت خلق کے جذبے کو مدنظر رکھتے ہوئے ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے ایک نسخہ لکھ رہا ہوں۔یہ بلڈ پریشر کو کنٹرول کرتا ہے اور بار بار کا آزمودہ اس بات کی گارنٹی ہے اگر فائدہ نہ ہو تو میں استعمال کرنے والے کو خرچ کی ہوئی رقم واپس کرونگا۔

نسخہ ھوالشافی:۔

(1) اسرول 2 حصہ
(2) صندل خالص ایک حصہ
(3) سبز الائچی 3/4 حصہ
(4) دھنیا 1/4 حصہ
(5) گل نیلوفر 1/10 حصہ
(6) کشتہ مرجان 1/100 حصہ

ان سب کو باریک پیس کر بڑے سائز کے کیپسول بھر لیں اور صبح، دوپہر، شام تازے پانی سے کھائیں۔ایک ماہ استعمال کریں انشاءاللہ شفا ہوگی۔یہ نسخہ مجھے ایک سلسلہ قادریہ کے بزرگ نے عطا فرمایا تھا۔قیمت میں بہت کم ہے۔

مٹھاس کا اضافہ

اشاراتی زبان میں اس بات کا اظہار تھا کہ ہم لوگ آپ کے دودھ پر قبضہ کرنے کی بجائے اس کو میٹھا بنائیں گے

مولانا وحید الدین خاں

ٹائمز آف انڈیا کے ضمیمہ (The Neighbourhood Star) بابت 24-18 مارچ 1989ء (صفحہ نمبر 6) پر ایک سبق آموز واقعہ شائع ہوا ہے۔ایران کے پارسی جب پہلی بار ہندستان میں آئے تو وہ ہندستان کے مغربی ساحل پر اترے۔اس وقت یادو رانا گجرات کا راجہ تھا۔پارسی جماعت کا پیشوا، راجہ سے ملا اور اس سے یہ درخواست کی کہ وہ ان لوگوں کو اپنی ریاست میں ٹھہرنے کی اجازت دے۔راجہ نے اس کے جواب میں دودھ سے بھرا ہوا ایک گلاس پارسی پیشوا کے ہاتھ پر رکھ دیا۔اس کا مطلب یہ تھا کہ ہماری ریاست پہلے ہی سے آدمیوں سے بھری ہوئی ہے۔اس میں مزید لوگوں کو ٹھہرانے کی گنجائش نہیں۔

پارسی پیشوا نے لفظوں میں اس کا کوئی جواب نہیں دیا۔اس نے صرف یہ کیا کہ ایک چمچہ شکر لیکر دودھ میں ملایا اور گلاس کو راجہ کی طرف لوٹا دیا۔یہ اشاراتی زبان میں اس بات کا اظہار تھا کہ ہم لوگ آپ کے دودھ پر قبضہ کرنے کے بجائے اس کو میٹھا بنائیں گے۔ہم آپ کی ریاست کی زندگی میں شرینی کا اضافہ کریں گے۔اس کے بعد راجہ نے انھیں گجرات میں قیام کی اجازت دے دی۔اس واقعہ پر اب ایک ہزار سال کی مدت گزر چکی ہے۔تاریخ بتاتی ہے کہ پارسیوں کے رہنما نے جو بات کہی تھی اس کو پارسی قوم نے پورا کر دکھایا۔پارسی اس ملک میں مطالبہ اور احتجاج او رایجی ٹیشن کا جھنڈا لیکر کھڑے نہیں ہوئے بلکہ انھوں نے اپنی خاموش محنت سے اس ملک کی ترقی میں اضافہ کیا۔پارسیوں نے دوسروں سے زیادہ محنت کی۔وہ تعلیم اور تجارت اور صنعت میں آگے بڑھے۔انھوں نے ملک کی دولت اور ملک کی ترقی کو بڑھایا۔ اس ملک میں جہاں بہت سے لوگ لینے والے گروہ (Taker group) کی حیثیت رکھتے ہیں، پارسیوں نے عمل کے ذریعہ اپنے لئے دینے والے گروہ (Giver Group) کا درجہ حاصل کیا۔یہی زندگی کا راز ہے۔اس دنیا میں دینے والا ہی پاتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 16 پر)

جو آدمی جتنا زیادہ بولتا ہے اتنا ہی کم عقل ہوتا ہے۔(خلیل جبران)

دواؤں سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل

جنسی مسائل کے کئی اسباب ہوتے ہیں۔ زیادہ کام، دباؤ اور خود وہ مرض بھی جس کا علاج کرا رہے ہوں۔ مزید اسباب جاننے کے لیے آگے پڑھیئے۔ (مرسلہ: لطیف عباسی۔ کوئٹہ)

بہت سی دوائیں کئی مسائل صحت کا سبب بھی بن جاتی ہیں۔ کسی کو ان کے استعمال سے پتی جیسی شکایت لاحق ہو جاتی ہے یا پھر کسی کے پیٹ میں درد ہونے لگتا ہے۔ بہت سے لوگ اپنے معالج کو اس صورت حال سے آگاہ بھی کرتے ہیں، لیکن ایسے کتنے مریض ہیں کہ جو دواؤں کی وجہ سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل کے بارے میں معالج سے رجوع کرتے ہیں؟ یقیناً بہت کم۔

یہ بات کہی سنی نہیں ہے بلکہ ورجینیا یونی ورسٹی کی ماہر ڈاکٹر انیتا کلیٹن نے چھ ہزار مریضوں کے ریکارڈ کھنگالنے کے بعد بتائی ہے۔ انہوں نے مانع پستی دوائیں (Anti depressant) استعمال کرنے والے مریضوں کی اتنی بڑی تعداد کی جانچ پڑتال کے بعد انکشاف کیا ہے کہ یہ مریض ان دواؤں کے استعمال کے بعد جنسی مسائل کے شکار ہو گئے۔ معالجین کے مطابق یہ تعداد ان کے اندازوں سے دوگنی زیادہ تھی۔ قابل رحم تو وہ مریض ہیں کہ جو کچھ بتائے بغیر یہ دوائیں کھاتے رہتے ہیں اور اپنی جنسی توانائیوں سے محروم ہو کر بھی معالج کو کچھ نہیں بتاتے۔ ان میں سے اکثر کو اس کا علم ہی نہیں ہوتا کہ یہ کمزوری انہیں دراصل مانع پستی دوا کی وجہ لاحق ہوگئی ہے۔ اس کا اصل سبب جانے بغیر وہ دوا استعمال کرتے رہتے ہیں، حالآنکہ ان کی متبادل دوائیں بھی موجود ہوتی ہیں۔ جو ان کا معالج اصل صورت حال سے آگاہ ہو کر ہی تجویز کر سکتا ہے۔ کم از کم برطانیہ میں دواؤں سے ناکارہ ہونیوالے افراد کی انجمن بن گئی ہے اور جو اس نتیجے پر پہنچی ہے کہ مانع پستی دوائیں ہی ان کی محرومی کی ذمے دار ہیں۔

دوائیں کیا مسائل پیدا کرتی ہیں؟

دوائیں تین طرح سے جنسی زندگی پر منفی اثرات مرتب کرتی ہیں: (۱) جنسی خواہش اور طلب میں کمی۔ یہ کیفیت کئی دواؤں کے استعمال کا نتیجہ ہوتی ہے۔ (۲) استادگی کے مسائل۔ جس دوا کے بھی استعمال سے آپ کا بلڈ پریشر کم ہوتا ہے۔ وہ آپ کے عضو میں خون کی روانی اور دباؤ کو بھی کم کر دیتی ہے۔ یہی کیفیت عدم استادگی کی شکایت (Priapism) لاحق ہوتی ہے۔

خواتین میں اس کے اثرات کا بالکل درست کھوج نہیں لگ سکا ہے، لیکن خیال یہی ہے کہ ان دواؤں کے استعمال سے چوں کہ بظر (Clitoris) کو پوری تحریک نہیں ملتی ہے، اس لیے وہ بھی مکمل ہیجان اور انزال سے محروم رہتی ہے۔ مرد بھی اس کے شاکی رہتے ہیں بلکہ یہ کیفیت خاصی تکلیف دہ بھی ثابت ہوتی ہے۔ مرد بالعموم عدم انزال کے بھی شاکی رہتے ہیں۔

اس مسئلے کا سبب دوائیں:۔

ان میں ہائی بلڈ پریشر کم کرنے والی دوائیں شامل ہیں۔ امریکن کالج آف فزیشنز کے جرنل کی رپورٹ کے مطابق بیٹا بلاکرز اور پیشاب لانے والی دوا تھایا زائڈ (Thiazid) کی گولیاں خصوصاً مردوں میں کئی مسائل کا سبب بن جاتی ہیں۔ خواتین کی ایک فی صد تعداد کے مقابلے میں ۶ا فی صد مرد ان دواؤں سے متاثر ہوتے ہیں۔ یہ منفی اثر اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض بلڈ پریشر کے خطرناک نتائج جاننے کے باوجود اس علاج ہی سے توبہ کرنے کی سوچتے ہیں۔ آدھے سر کا درد (میگرین) کی دوا کلینوڈین (Clinodine) کے استعمال سے بھی نامردی جیسے اثرات مرتب ہوتے ہیں، لیکن بہت کم۔ یہ دوا خواتین کو بھی سن یاس کی تکالیف کے لیے دی جاتی ہے۔

مانع پستی دوائیں:۔

ڈاکٹر کلیٹن کے جائزے کے مطابق بعض جدید مانع پستی دواؤں جیسے فلوگزیٹین (Fluoxetine) اور پیکزوزیٹین (Paxoxetine) کے استعمال سے دماغ میں سرخوشی اور ترنگ پیدا کرنے والا کیمیکل سیریٹونین زیادہ بننے لگتا ہے، لیکن یہ دوائیں بالعموم جنسی خواہش کو بڑھاتی بھی ہیں اور بعض مردوں اور خواتین میں ہیجان کے سلسلے میں مشکلات بھی پیدا کرتی ہیں۔ ان کی وجہ سے مردوں کو انزال میں غیر معمولی دیر کا سامنا بھی کرنا پڑتا ہے۔ جب کہ یہ مسائل خواتین میں کم ہوتے ہیں، لیکن ظاہر ہوں تو پھر بہت شدید بھی ہوتے ہیں۔

ٹرازوڈون (Trazodone) نامی دوا بھی مانع پستی ہے اور اس کی وجہ سے مرد اور خواتین دونوں ہی دائمی استادگی کے شکار ہو جاتے ہیں۔ اس طرح ڈوتھی پین (Dothiepin) نامی مانع پستی دوا استعمال کرنے والے مرد بھی نامردی اور عدم انزال کا شکار ہو سکتے ہیں۔

فینوتھایازین (Phenothiazine) اس گروپ سے تعلق رکھنے والی دوائیں اسکیزوفرینیا (پراگندہ ذہنی)، جنونی قسم کی پستی (ڈیپریشن) اور دوسری اہم نفسیاتی بیماریوں کے علاوہ کبھی کبھار شدید فکر و پریشانی دور کرنے کے لیے تجویز کی جاتی ہیں۔ انہیں استعمال کرنے والے مرد اور خواتین دونوں ہی جنسی خواہش کی کمی اور لذت سے محرومی کی شکایت کرتے ہیں۔ مردوں کو ان کے استعمال سے عدم استادگی اور عدم انزال کی شکایت بھی ہوتی ہے۔ ان دواؤں سے دائمی استادگی کی شکایت شاذو نادر ہی ہوتی ہے۔ مسکنات (Tranquillisers) ڈائزی پام (Diazepam) اگرچہ فکر و پریشانی دور کرنے کے لیے مختصر مدت تک استعمال کرائی جاتی ہے، لیکن کبھی کبھی اس سے بھی دونوں ہی میں جنسی خواہش گھٹ جاتی ہے۔

مرگی کی دوائیں:۔

مرگی کے لیے فینی ٹوئن (Phenytoin) استعمال کرنے والے دائمی استادگی کے شاذونادر ہی شکار ہوتے ہیں، لیکن ان میں مردانہ طاقت گھٹ سکتی ہے۔ اسی طرح اعصابی شکایت کے لیے استعمال ہونے والی دوا کاربامیزےپین (Carbamazepine) کے بھی یہی اثرات رونما ہو سکتے ہیں جب کہ اس کے برخلاف ایتھوسوگزیمائڈ (Ethosuximide) نامی دوا سے جنسی خواہش بڑھ جاتی ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

نسخہ برائے تبخیر

(مراسلہ: ایم شاہد۔۔۔ٹھٹھہ اتونسہ شریف)

(1) نوشادر ایک تولہ (2) قلمی شورہ ایک تولہ (3) ریوند خطائی ایک تولہ ان سب چیزوں کو پیس کر سفوف بنا لیں صبح سویرے ایک چٹکی بھر پانی سے کھالیں انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

دنیاو آخرت کی کامیابی پایئے ✿ نکیرین کے سوال وجواب ✿ حقوق العباد کی ادائیگی میں کامیابی

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کررہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف وعملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

نکیرین کے سوال وجواب

اگر کوئی شخص چاہے کہ قبر میں نکیرین کے سوال میں قائم رہے تو ہر ایک فرض نماز کے بعد تین تین مرتبہ اس آیت کو پڑھے انشاء اللہ قبر کا مسئلہ آسانی سے طے ہوگا۔ **یُثَبِّتُ اللّٰہُ الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِی الْحَیٰوۃِ الدُّنْیَا وَ فِی الْاٰخِرَۃِ وَیُضِلُّ اللّٰہُ الظّٰلِمِیْنَ وَیَفْعَلُ اللّٰہُ مَا یَشَآءُ** (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 27)

والدین اور بزرگوں کے حق

اگر کوئی شخص یہ چاہے کہ والدین، سارے جہاں کے بزرگوں اور حق داروں کے حق، جب کہ وہ انتقال کر گئے ہوں ادا کرے اور بری ہوجائے تو اس آیت کریمہ کو ہر روز سات مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ قیامت کو ان سب کے حقوق سے فارغ ہوکر قبر سے اٹھایا جائے گا۔ **رَبَّنَا اغْفِرْ لِیْ وَلِوَالِدَیَّ وَلِلْمُؤْمِنِیْنَ یَوْمَ یَقُوْمُ الْحِسَابُ** (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 41)

حاسد کے شر سے حفاظت

حاسد دشمن، ظالم کے شر سے بچنے کے لیے جو شخص ان آیتوں کو ایک ہزار مرتبہ اکیس روز تک دوپہر کے وقت پڑھے۔ **وَلَا تَحْسَبَنَّ اللّٰہَ غَافِلًا عَمَّا یَعْمَلُ الظّٰلِمُوْنَ** (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 42) **اِنَّ اللّٰہَ عَزِیْزٌ ذُوانْتِقَامٍ** (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 47) **وَ تَرَی الْمُجْرِمِیْنَ یَوْمَئِذٍ مُّقَرَّنِیْنَ فِی الْاَصْفَادِ** (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 49)

حافظہ کی زیادتی

اگر کسی شخص کو قرآن مجید یاد نہ رہتا ہو یا کسی کا دل نہایت آسانی سے قرآن کے حفظ کرنے کو چاہتا ہو تو وہ شخص ہمیشہ گیارہ گیارہ مرتبہ التحیات والا درود شریف اول وآخر پڑھ کر ایک ہزار مرتبہ اس آیت شریف کو عشاء کی نماز کے بعد پڑھے۔ **اِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّکْرَ وَاِنَّا لَہٗ لَحٰفِظُوْنَ** (سورۃ الحجر آیت نمبر 9) اور تا حفظ قرآن روز اس عمل کو کرے انشاء اللہ تعالیٰ نہایت سہولت سے قرآن مجید حفظ ہوجائے گا۔

آپس کی رنجش ختم

اگر کسی شخص کی باہم کسی دوست سے رنجش ہوگئی اور ایک دوست دوسرے ناراض دوست سے ملنے اس کے مکان پر جائے اور یہ چاہے کہ میرا دوست مجھ سے ناراض ہوکر نہ ملے بلکہ راضی اور خوش ہوکر ملے تو راستہ میں گیارہ مرتبہ اور پھر اس مکان پر پہنچ کر سات مرتبہ اس آیت کو پڑھے **وَنَزَعْنَا مَا فِیْ صُدُوْرِهِمْ مِّنْ غِلٍّ اِخْوَانًا عَلٰی سُرُرٍ مُّتَقٰبِلِیْنَ** (سورۃ الحجر آیت نمبر 47) اور جب مکان کے اندر گھسے تو اس آیت کو تین مرتبہ پڑھے۔ **اُدْخُلُوْهَا بِسَلٰمٍ اٰمِنِیْنَ** (سورۃ الحجر آیت نمبر 46) انشاء اللہ مقصود حاصل ہوجائے گا۔

دل کی بند شریانیں کھولنے کا اکسیر نسخہ

(مرسلہ: عطاء الرحمٰن۔۔۔از خانو خیل)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

میں آپ کے ''ماہنامہ عبقری'' کے قارئین کے لیے ایک مجرب نسخہ جو کہ دل کی بند شریانوں کے لیے آزمودہ بھی ہے، بھیج رہا ہوں امید ہے، بہت سے لوگ اس سے استفادہ حاصل کریں گے۔

(1) لیموں کا رس ایک پیالی (2) ادرک کا رس ایک پیالی (3) لہسن کا رس ایک پیالی (4) سرکہ سیب ایک پیالی۔

ان چار پیالی رسوں کو ملا کر دھیمی آنچ پر نصف گھنٹہ آگ دیں۔ جب ایک پیالی کم ہوکر تین رہ جائیں تو آگ سے محلول کو اتار کر ٹھنڈا ہونے پر تین پیالی شہد ملائیں۔ سب کو خوب مکس کرکے بوتل میں محفوظ کرلیں۔ یومیہ نہار منہ تین چمچ (کھانے والے) محلول کو پئیں، انشاء اللہ دل کی بند شریانیں کھل جائیں گی۔ مجرب ہے۔

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 14 (ابن ذیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

امام بیہقی نے سیدنا علیؓ سے روایت کی ہے کہ ایک بار سرکار دو عالم ﷺ نے ایک یہودی سے کچھ اشرفیاں قرض لیں۔ کچھ دن گزر گئے تو وہ یہودی تقاضے کے لیے پہنچا۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''اس وقت میرے پاس تمہارا قرض ادا کرنے کے لیے کچھ نہیں ہے۔'' یہودی نے کہا: ''جب تک آپ ﷺ میرا قرض ادا نہ کریں گے میں آپ ﷺ کو نہیں چھوڑوں گا۔'' چنانچہ ظہر کے وقت سے لیکر رات تک وہ آپ ﷺ کو گھیرے میں لیے ہوئے بیٹھا رہا۔ یہ زمانہ وہ تھا جب کہ مدینہ میں آپ ﷺ کی حکومت قائم ہوچکی تھی۔ آپ ﷺ اس کے خلاف ہر قسم کی کارروائی کرنے کی طاقت رکھتے تھے۔ چنانچہ آپ ﷺ کے ساتھیوں نے اسے ڈانٹ کر بھگانا چاہا، لیکن آپ ﷺ نے سب کو منع فرمادیا۔ کسی نے کہا: ''اے اللہ کے رسول ﷺ! ایک یہودی آپ ﷺ کو قید کیے ہوئے ہے۔'' آپ ﷺ نے فرمایا: ''ہاں، مگر مجھ کو ظلم کرنے سے منع کیا گیا ہے۔'' اسی حال میں صبح ہوگئی۔ جب اگلا روز شروع ہوا تو یہودی کی آنکھیں کھل گئیں۔ وہ یہ دیکھ کر بہت متاثر ہوا کہ آپ ﷺ قدرت رکھتے ہوئے بھی، برداشت کرتے ہیں اور طاقت ہوتے ہوئے بھی کوئی کارروائی نہیں کرتے۔ یہ سب کچھ دیکھ کر وہ حلقہ بگوش اسلام ہوگیا۔ یہودی مدینہ کا نہایت مالدار آدمی تھا۔ کل تک اس نے چند اشرفیوں کے لیے آپ ﷺ کا گھیراؤ کر رکھا تھا، مگر آپ ﷺ کے کردار اور آپ ﷺ کے عفو ودرگزر کی صفت نے اُس پر اتنا اثر کیا کہ اس نے اپنی ساری دولت آپ ﷺ کی خدمت اقدس میں پیش کردی اور کہا کہ آپ ﷺ اس کو جس طرح چاہیں خرچ کریں۔''

سرکار دو عالم ﷺ کا یہ جذبۂ ترحم اور صفتِ رحمت میدان جنگ میں بھی رہتا تھا۔ محدثین بتاتے ہیں کہ سرکار دو عالم ﷺ کے ساتھیوں نے میدان بدر میں ایک پانی کا حوض اپنی ضرورت کے لیے تیار کیا تھا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 11 پر پڑھیں)

ماہِ صفر میں غنائے قلبی پایئے

(انتخاب: محسن۔ لاہور)

شب اول ماہ صفر میں بعد نماز عشاء ہر مسلمان کو چاہیے کہ چار رکعت (نماز نفل) اس طرح پڑھے کہ پہلی رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ الکافرون پندرہ پندرہ بار اور دوسری میں سورۂ اخلاص پندرہ بار، تیسری میں سورۂ فلق پندرہ بار اور چوتھی میں سورۃ الناس پندرہ بار پڑھے۔ بعد سلام کے ایک بار ''**اِيَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِيَّاکَ نَسْتَعِيْنُ**'' کہے پھر ستر بار درود شریف پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کو ہر بلا اور ہر آفت سے محفوظ رکھے گا اور ثواب عظیم عطا فرمائے گا۔ (راحتہ القلوب)

ماہِ صفر کے نوافل:

ماہ صفر میں بدھ کو غسل کرے اور چاشت کے وقت دو رکعت نماز نفل پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد گیارہ گیارہ سورۃ اخلاص پڑھے اور سلام پھیر کر یہ درود شریف ستر دفعہ پڑھے:

''**اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدِ نِ النَّبِيِّ الْاُمِّيِّ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَ بَارِکْ وَ سَلِّمْ**''

راحتہ القلوب میں ہے کہ اس کے بعد یہ دعا پڑھے:

اَللّٰهُمَّ صَرِّفْ عَنِّيْ سُوْءَ هٰذَا الْيَوْمِ وَاعْصِمْنِيْ سُوْئِهٖ وَ نَجِّنِيْ عَمَّا اَصَابَ فِيْهِ مِنْ نُحُوْسَاتِهٖ وَکَرَبَاتِهٖ بِفَضْلِکَ يَادَافِعَ الشُّرُوْرِ وَمَالِکَ النُّشُوْرِ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِيْنَ وَ صَلَّى اللّٰهُ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّ اٰلِهِ الْاَمْجَادِ وَبَارِکْ وَ سَلِّمْ''

دو رکعت نفل: ۔ ماہ صفر میں دو رکعت نفل یوں پڑھنا بھی درست ہے کہ نفل کی ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد تین تین بار سورۃ اخلاص پڑھے۔ سلام کے بعد سورۃ الم نشرح اور سورۃ والتین، سورۃ النصر اور سورۃ اخلاص ان سب کو اسی اسی مرتبہ پڑھے تو اللہ تبارک وتعالیٰ اس کی برکت سے اس کے دل کو غنی کر دیگا۔ (جواہر غیبی)

مجھے عبقری نے کیا نعمتیں دیں؟

اس کی خالہ ساس نے بے اولاد ہونے کا ٹھپہ لگا کر طلاق دلوادی۔ مگر جب میں نے اس کو دو انمول خزانے پڑھنے کو دیئے تو نہ صرف اس کی اچھی جگہ شادی ہوگئی بلکہ لڑکا کارکوٹھی کا بھی مالک ہے (تحریر: مس صفورا سلطانہ۔۔ لالہ موسیٰ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

کے بعد عرض ہے میں خیریت سے ہوں اور ہر وقت اللہ تعالیٰ سے آپ کی صحت وسلامتی کی دعا کرتی رہتی ہوں اور ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے اپنی زندگی کے چند مشاہدات بیان کر رہی ہوں۔ امید ہے قارئین اس سے ضرور مستفید ہوں گے۔

انمول خزانہ اور میرا تجربہ

انمول خزانوں کی اہمیت وفضیلت کے حوالے سے بیان کر رہی ہوں۔ میں نے ان خزانوں کو خرید کر بھی اور زبانی بھی بہت پھیلایا ہے۔ اپنی ہر طالبہ کو یہ مفید خزانے مفت گفٹ کیے ہیں۔ میں نے اپنی دو دوستوں کو دیے، ایک طلاق یافتہ اور ایک بیٹی کی ماں بھی تھی۔ مگر انمول خزانے پڑھنے سے ایسا رشتہ ملا کہ کسی کنواری کو بھی نہ ملے۔ لڑکا پڑھا لکھا، وکیل، دولت مند اور اس کی بیٹی کو بھی اپنی بیٹی بنا کرلے گیا۔ اس کی بیٹی APS میں اچھی تعلیم حاصل کر رہی ہے ابھی ایک ہفتہ پہلے اللہ تعالیٰ نے اس کو بیٹے سے بھی نوازا ہے۔ میں خود بھی اللہ تعالیٰ کی اس عطا پر حیران ہوں۔

دوسری کو (اس کی خالہ ساس نے) بے اولاد ہونے کا ٹھپہ لگا کر طلاق دلوادی۔ مگر جب میں نے اس کو یہ انمول خزانے دیئے تو نہ صرف اس کی اچھی جگہ شادی ہوگئی (لڑکا کارکوٹھی کا مالک ہے) اور اللہ نے دوسرے ہی سال اس کو اولاد سے بھی نواز دیا۔ آج یہ دونوں طلاق یافتہ خواتین اچھے شوہروں کے ساتھ خوشحال زندگی گزار رہی ہیں۔ بلکہ ان لڑکیوں کے اچھے رشتے دیکھ کر بہت سی کنواری لڑکیوں کی مائیں دھڑا دھڑ یہ وظائف لینے آئیں اور میں نے ان کو دیے۔

میرا رنگ صاف ہوگیا

چہرے پر دانوں کے حوالے سے میں عرصہ 10 سال تک خاصی پریشان رہی۔ کبھی ڈاکٹروں کے پاس، کبھی کریموں کے پیچھے۔ مگر جب میں نے ماہنامہ ''عبقری'' رسالہ پڑھ کر صبح خالی پیٹ پانی کا استعمال شروع کیا تو میرا چہرہ نہ صرف صاف ہوگیا بلکہ رنگ بھی گورا ہوگیا۔ اب میں صبح اٹھتے ہی ایک جگ پانی پیتی ہوں اور ہر کھانے سے پہلے بھی دو گلاس پانی پیتی ہوں۔ میرا چہرہ انتہائی صاف ہوگیا ہے۔ حالانکہ پہلے میرا رنگ سانولا ہوتا تھا اب تو گورا ہوگیا ہے۔ میں نے نوٹ کیا ہے کہ پانی کا خالی پیٹ استعمال نہ صرف رنگ صاف کرتا ہے بلکہ اس سے پتلے لوگ موٹے بھی ہوجاتے ہیں۔

3 جگہوں پر تیل لگائیں اور............

تیسرا اہم اور آزمودہ تجربہ تیل کا ہے۔ ماہنامہ ''عبقری'' میں، میں نے پڑھا تھا تیل کا استعمال ناف، ناک کے نتھنوں اور مقعد پر لگائیں۔ میں نے صرف صبح وشام ناف پر ہی لگایا تو میرے ہونٹوں پر نہ صرف خشکی ختم ہوگئی بلکہ ہونٹ سرخ ہو گئے۔ ایڑیاں جو پھٹی رہتی تھیں 3، 4 دنوں میں گلابی گلابی ہوگئیں۔ تیل کے باقاعدہ استعمال سے پھٹی ایڑیاں مستقل ٹھیک ہوگئیں۔ میرا دل کہتا ہے۔۔۔۔ سلام عبقری

ماں کیا ہے؟

(تحریر: محمد عظیم احمد۔۔۔ساہیوال)

محترم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

جناب بندہ ماہنامہ ''عبقری'' کا مستقل قاری ہے اور اپنی تحریر ماہنامہ ''عبقری'' کے پیش خدمت کرتا ہے۔

''اللہ تعالیٰ نے کہا:'' ماں میری طرف سے قیمتی اور نایاب تحفہ ہے **''بادل نے کہا:''** ماں ایک ایسی دھنک ہے جس میں ہر رنگ نمایاں ہوتا ہے **''سمندر نے کہا:''** ماں ایک ایسی ہستی ہے جو اولاد کے لاکھوں راز اپنے سینے میں چھپا لیتی ہے **''دعا نے کہا:''** ماں ایک ایسی شخصیت ہے جو ہر وقت اپنی اولاد کے لیے دعا مانگتی ہے **''میں نے کہا:''** مجھے ماں اور پھول میں کوئی فرق نظر نہیں آتا۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

شرف مسلمانی کو تار تار نہ کریں

(احسان جمیل ۔۔۔قصور)

خواب: میں نے خواب میں دیکھا ہے کہ میں جس کو چاہتا ہوں اس کے ساتھ میری شادی ہوگئی ہے اور سب رشتہ دار مجھے کہہ رہے ہیں کہ تم نے واقعی ہی اس سے شادی کر لی ہے۔ مگر جب میں کمرے میں اس کے پاس جاتا ہوں تو میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: انشاء اللہ آپ کا اس لڑکی سے نکاح ہو جائے گا بشرطیکہ آپ جائز طریقے سے اپنے مطلوب کو پانے کی کوشش کریں۔ مزید یہ کہ اپنے بڑے بزرگوں کے ذریعہ پیغام نکاح دے دیں اور اللہ سے خوب دعا کرتے رہیں۔ جنسی محبتوں کا شکار ہو کر نہ انسانیت کو بٹہ لگائیں اور نہ شرف مسلمانی ہی کو تار تار کریں (واللہ اعلم) نیز سورۂ رحمٰن کی روزانہ تلاوت کیا کریں۔

اخلاق و کردار کو قد آور بنائیں

(راشد ۔۔۔راولپنڈی)

خواب: میں قد کے لیے بہت پریشان تھا اور میں نے اللہ تعالیٰ سے اپنے تایا جان جتنے قد کی دعا کی ہے، کیونکہ ان کا قد اچھا ہے۔ میں نے سحر کے وقت خواب میں اپنے چاچا جان کے برابر قد دیکھا اور چاچا جان اور تایا جان کا قد برابر ہے۔ اس کے فوراً بعد میری آنکھ کھل گئی اور میں نے اٹھ کر صبح کی نماز ادا کی اور پھر دعا کی اور اس کے بعد میرا قد تھوڑا بڑھا ہے، لیکن اب بھی پریشانی ہے۔

تعبیر: آپ کا خواب اور منشاء خواب سنکر بڑا تعجب ہوا ہے کہ آپ انسانی جسامت کے غیر اختیاری خدوخال میں خواہ مخواہ الجھے ہوئے ہیں اور اس پر اللہ کا شکر ادا نہیں کرتے کہ رب کریم نے محض اپنے لطف و کرم سے آپ کو ایک زندہ سلامت وجود عطا کیا اور دیکھنے، بولنے اور سننے کی عظیم قوتیں بلا مانگے عطا کر دی ہیں۔ آپ ان اپاہج، معذور اور نابینا انسانوں کو نہیں دیکھتے جو اتنی بڑی نعمتوں سے محروم، اذیت کی زندگی بسر کر رہے ہیں کہ انسانیت اور جدت کی ساری مادی قوتیں یکجا ہو کر بھی اس کا مداوا نہیں کر سکتیں۔ میرے بھائی! جن لوگوں کے پاؤں میں جوتا نہیں وہ ان لوگوں کو دیکھ کو بارگاہ خداوندی میں بے حد شکر بجالائیں جن لوگوں کے سرے سے پاؤں ہی نہیں ہیں۔ اس لیے آپ اپنے اخلاق و کردار اور گفتار و رفتار کو اتنا قد آور کریں کہ بڑے بڑے سرو قد آپ کے سامنے باادب جھکتے دکھائی دیں اور آپ کا وجود ملک و ملت کے لیے باعث فخر ہو۔ خلاصہ یہ ہے کہ اگر آپ کی عمر پچیس سال کے اندر اندر ہے تو اس خواب کی رو سے فیزیکلی آپ کے قد بڑھنے کی اچھی امید ہے۔ لیکن اگر عمر زیادہ ہے تو اشارہ اس بات کی طرف ہے کہ آپ جتنے بھی پاپڑ بیل لیں اپنے تایا کے ہم قد نہیں ہو سکتے، اسی لئے چچا کے ہم قد دکھایا گیا۔ اس لیے کہ چچا کبھی تایا نہیں بن سکتے۔ فقط واللہ اعلم۔

اھل بیعت کی محبت نصیب ہو گی

(نصرت جہاں ۔۔۔حیدر آباد)

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ آسمان بہت روشن ہو رہا ہے اور بہت جگمگا رہا ہے۔ پھر سب سے پہلے آسمان پر اللہ تعالیٰ کا نام آتا ہے، پھر ہمارے پیارے نبی کریم ﷺ کا نام مبارک آتا ہے۔ پھر حضرت علیؓ کرم اللہ وجہہ اور پھر حضرت فاطمہؓ اور حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ کے نام آتے ہیں۔

تعبیر: ماشاء اللہ بہت باعث برکت خواب ہے اور آپ کو اللہ اور رسول اللہ ﷺ اور اہل بیت رضوان اللہ علیہم اجمعین کی محبت نصیب ہو گی۔ نیز آپ اگر مقروض ہیں تو قرض سے نجات ہو جائے گی اور نیک تمنائیں پوری ہوں گی۔ شجاعت و عدل کا وصف عطا ہو گا اور بالآخر شہادت کا مقام ملے گا۔ بشرطیکہ آپ بھی اپنے ایمان و اعمال پر شریعت حقہ کی روشنی میں محنت کریں (واللہ اعلم۔)

مالی خوشحالی نصیب ہو گی

(ناصر محمود ۔۔۔کھڑ یانوالہ)

خواب: میں خواب میں بہت زیادہ پانی دیکھتا ہوں، جو کبھی تو سمندر کی مانند بہت زیادہ پھیلا ہوتا ہے اور کبھی کسی دریا یا پھر بہت بڑی نہر کی طرح ہوتا ہے اور اس کی موجوں میں بہت زیادہ تلاطم ہوتا ہے۔ جس کے کنارے پر یا پھر بہت ہی کمزور پل پر میں کھڑا ہوتا ہوں اور بہت زیادہ پریشان ہوتا ہوں۔ لیکن وہ پانی مجھے کوئی نقصان نہیں پہنچاتا۔ یہ خواب پچھلے دو تین سال سے وقفے وقفے کے ساتھ نظر آتا ہے۔

تعبیر: بہت اچھا خواب ہے۔ اگر آپ دینی علوم حاصل کرنے کے خواہش مند ہیں تو آپ کی یہ خواہش انشاء اللہ پوری ہو گی اور فیض پھیلے گا۔ لیکن اگر ایسا نہیں ہے اور آپ کسی دنیاوی پیشے کے ساتھ متعلق ہیں یا اس کے لیے تعلیم و تدریس میں مصروف ہیں تو آپ کو اس کی برکت سے خوب مالی خوشحالی نصیب ہو گی اور ہر طرح خیر و منفعت عطا ہو گی بشرطیکہ آپ کریم آقا کے حقوق میں ہرگز کوتاہی نہ کریں۔ فقط واللہ اعلم۔

باطنی خوبی کو بچائیے

(طیبہ مخدوم ۔۔۔کوٹری)

خواب: یہ خواب میں آج سے پانچ سال قبل دیکھا تھا کہ حضور ﷺ ہمارے گھر سے کچھ دور تشریف فرما ہیں۔ ہمارے محلے میں ایک لڑکا ہے وہ انہیں ہاتھوں پر چوم کر بھاگ گیا ہے۔ میں بھی بھاگتی ہوں اور میں نے بھی آپ ﷺ کے پاؤں مبارک کو چوما ہے۔ آپ ﷺ کالے لباس میں ملبوس تھے اور ان کے ساتھ دو صحابہ اکرامؓ تھے۔

تعبیر: ماشاء اللہ مبارک خواب ہے اور آپ کو اتباع سنت کی دولت نصیب ہو گی اور اسلامی تعلیمات کو اپنا اوڑھنا بچھونا بنانے کی توفیق ہو گی۔ خواب کے اگلے جز کا تعلق خالص علمی باب سے ہے جس کو تحریر کے ذریعے ایک عام آدمی کو سمجھنا نہایت دشوار ہے۔ بس اتنا سمجھ لیں کہ ایسا دیکھنا خود صاحب خواب کے اپنے نقائص کی طرف اشارہ ہوتا ہے اس لیے کہ حدیث میں آتا ہے کہ ''ایک مومن دوسرے مومن کو آئینہ ہوتا ہے'' جس طرح آئینے میں انسان کو اپنے چہرے کے عیوب و نقائص پتا چلتے ہیں اسی طرح دوسرے مومن کو دیکھ کر انسان کو اپنے نقائص پر خبر ہوتی ہے۔ آپ نمازوں کی پابندی کریں ورنہ یہ باطنی خوبی ضائع ہو جائے گی۔ فقط واللہ اعلم

ورزش ہم سب کی ضرورت

مرسلہ: عبدالقادر آزاد۔ ڈیرہ اسماعیل خان

ورزش کے لیے لباس اور جوتے مناسب ہوں۔ اگر زیادہ تھک جائیں اور جسم کے کسی حصے میں درد محسوس کریں تو رک جایئے۔ محنت طلب ورزش شروع کرنے سے پہلے معالج سے مشورہ کرلیں

اگر ہم ہفتے میں پانچ دن آدھا آدھا گھنٹے ورزش کرلیں تو اس کا ہماری صحت پر اچھا اثر پڑے گا۔ ورزش سے مراد وہ جسمانی سرگرمی ہے، جس سے آپ کا سانس تھوڑا سا پھولنے لگے۔ اگر آپ نے ابھی تک ورزش کو اپنا معمول نہیں بنایا ہے تو شروع شروع میں ہفتے میں چند روز پندرہ پندرہ منٹ ورزش کیجئے اور پھر اسے بڑھا کر ہفتے میں پانچ دن آدھا آدھا گھنٹہ کردیجئے۔ ویسے تو سودا سلف لانے کے لیے پیدل بازار جانا، سیڑھیاں چڑھنا، گھر کا کام کاج یا تھوڑی بہت باغبانی کرلینا بھی ورزش ہی ہے۔ لیکن شاید ان میں زیادہ محنت درکار نہیں ہوتی۔ تندرستی کے لیے زیادہ پابندی سے اور زیادہ محنت والی ورزش کی ضرورت ہوتی ہے۔ سائیکل سواری، رسی کودنا جیسی ورزشیں آسان، اچھی اور سستی ورزشیں ہیں اور ان میں مزہ بھی آتا ہے۔ البتہ اگر سہولت میسر ہو تو تیرا کی بہت اچھی ورزش ہے۔

ورزش سے جسم میں چستی پیدا ہوتی ہے اور دوران خون بہتر ہوجاتا ہے۔ ہمارا مدافعتی نظام تعدیہ (انفکیشن) سے مقابلے کے لیے زیادہ سفید خلیے پیدا کرتا ہے۔ نقرس، بلند فشار خون، ذیابیطس، فالج، بوسیدگی استخواں (آسٹیوپوروسس) اور دل کی بیماری کے خطرات کم ہوجاتے ہیں۔ اگر ڈپریشن کا خفیف احساس ہو تو اکثر ورزش سے جاتا رہتا ہے یا کم ہوجاتا ہے۔ وزن پر بھی قابو رہتا ہے، سکت پیدا ہوتی ہے اور بڑھاپے کے آثار تاخیر سے ظاہر ہوتے ہیں۔ ورزش انسان کو چاق و چوبند رکھتی ہے اور اسے چلنے پھرنے میں سہولت ہوتی ہے۔ اس سے نیند بھی بہتر ہوجاتی ہے اور بعض افراد جنسی عمل میں بھی بہتری محسوس کرتے ہیں۔

اگر ورزش سے دل چرانے اور کترانے کی بجائے اسے زندگی کے معمول کا ایک حصہ بنالیا جائے تو کچھ دن میں ہم اس کے عادی ہوجائیں گے اور پھر اسے چھوڑنے کو دل نہیں چاہے گا۔ باقاعدہ ورزش کرنے کے علاوہ بعض اور چھوٹی چھوٹی باتوں کا بھی خیال رکھیں تو صحت پر اچھا اثر پڑے گا مثلاً اخبار گھر منگوانے کے بجائے دوکان دار سے جا کرلے آیئے۔ اسی طرح چھوٹا موٹا سودا خود جا کر خرید لایئے۔ تھوڑے فاصلے کے لیے سواری استعمال نہ کیجئے۔ اگر وقت ہے تو ذرا پیدل بھی چل لیجئے۔ عمارتوں میں لفٹ کی سہولت ہونے کے باوجود ہمیشہ اس کے محتاج نہ بنے رہیے بلکہ کبھی سیڑھیاں بھی چڑھ لیجئے۔ شام سہانی ہو اور ماحول بھی دل کش ہو تو ذرا چہل قدمی کرلیجئے، وغیرہ وغیرہ۔ اور ہاں، اس بات کا بھی خیال رکھیے کہ اگر بچوں کا اسکول زیادہ دور نہیں ہے تو انھیں سواری فراہم کرنے کے بجائے خود انہیں اسکول لے جایئے۔ یہ آپ کے لیے بھی فائدہ مند ہوگا اور بچوں کے لیے بھی۔

اگر آپ ورزش کے لیے کچھ اور لوگوں یا کسی گروپ کے ساتھ شامل ہوجائیں تو اور بھی اچھا ہے۔ آپ کا دل بھی زیادہ لگے گا اور لوگوں سے جان پہچان بھی بڑھے گی۔ جن لوگوں نے کبھی ورزش نہیں کی اور اس کے عادی نہیں ہیں انھیں چاہیے کہ ابتدا میں تھوڑی تھوڑی ورزش کریں اور پھر اسے رفتہ رفتہ بڑھائیں۔ یہ بھی خیال رکھیے کہ ورزش کے لیے لباس اور جوتے مناسب ہوں۔ اگر زیادہ تھک جائیں اور جسم کے کسی حصے میں درد محسوس کریں تو رک جایئے۔ اگر آپ حال ہی میں بیمار رہے ہوں یا آپ کے جوڑوں میں تکلیف رہتی ہو، وزن بہت زیادہ ہو یا عمر تو بہتر ہوگا کہ محنت طلب ورزش شروع کرنے سے پہلے معالج سے مشورہ کرلیں۔

صرف رازوں کے متلاشی پڑھیں

(بقیہ: انسانی بچہ میں اللہ تعالیٰ کی عظمت کا اظہار)

باقی ہڈیاں بھی کمال انداز میں بنائیں ہیں۔ بچوں کی چنچل طبیعت کو اللہ پاک کے علاوہ کون جان سکتا تھا۔ لہذا ان ہڈیوں کے بنانے میں مہارت یہ ہے کہ یہ ایسی ہیں جیسے کسی درخت کی جڑ ٹہنی، جو مڑ تو جاتی ہے لیکن ٹوٹتی بڑی مشکل سے ہے۔ اس طرح کی بناوٹ کا فائدہ یہ ہے کہ چوٹ کو بچے زیادہ برداشت کرسکتے ہیں ورنہ بچے جس طرح شرارتیں کرتے ہیں اور گرتے رہتے ہیں تو ہر روز ہڈیاں ٹوٹتی رہتیں۔ اللہ پاک کو علم تھا کہ بچے اپنا جسم خود نہیں ڈھانک سکتے، خود کپڑے نہیں پہن سکتے، سردی، گرمی سے اپنا بچاؤ نہیں کرسکتے لہذا اللہ پاک نے انہیں ایک خاص قسم کی چربی عطا کی ہے جسے براؤن فیٹ (Brown Fat) کہتے ہیں۔ اس کا انتظام اللہ پاک نے یہ رکھا کہ جب بچے کو حرارت کی ضرورت ہوتی ہے تو یہ چربی استعمال ہوکر فوراً ہی بچے کو گرمی پہنچا دیتی ہے، ورنہ عام چربی جو بڑے لوگوں میں ہوتی ہے۔ اس قدر جلد یہ خدمت سرانجام نہیں دے سکتی۔ اس طرح سے گویا اللہ پاک نے بچے کو سردی سے بچانے کے لیے اس کو فالتو کمبل عطا فرما رکھا ہے۔ اللہ پاک فرماتے ہیں کہ انہوں نے ہر چیز کو بہترین انداز میں پیدا فرمایا ہے۔ یہی بات بچے کے خون کے نظام سے بھی جڑی ہوئی ہے۔ پیدائش سے پہلے بچے نے آکسیجن ماں کے خون سے حاصل کرنا ہوتی ہے۔ لہذا اس وقت اللہ تعالیٰ نے بچے کا خون ایسا بنایا جو ماں کے خون سے زیادہ سے زیادہ آکسیجن لے سکے۔ لیکن پیدائش کے بعد اللہ پاک اس خون کو دوسری طرح کے خون میں بدل دیتے ہیں کیونکہ اب اُسے آکسیجن ہوا سے حاصل کرنا ہوتی ہے اور قبل از پیدائش والا خون اس کے لیے اتنا کارآمد نہیں ہوتا۔ پیدائش سے پہلے بچے کے جسم میں خون کی گردش کا نظام بھی اللہ تعالیٰ نے ایسا بنایا کہ جس خون میں سب سے زیادہ آکسیجن ہوتی ہے وہ دماغ کو ملتا ہے تاکہ بچے کے دماغ کا بڑھنا بہترین طریقے سے ہوسکے۔ الحاصل اللہ پاک کی قدرتیں انسان کے پورے جسم میں بکھری ہوتی ہیں۔ انسان جتنا غور کرتا جاتا ہے، اتنا ہی اس کی حیرانی میں اضافہ ہوتا جاتا ہے۔ اور اللہ کے رب ہونے کا یقین دل میں اترتا جاتا ہے۔ **فتبارک اللہ احسن الخالقین** اللہ پاک ہمیں بھی اپنی ذات عالی کی عظمت کا استحضار نصیب فرمائے۔ (آمین)

دانتوں کے مسائل سے نجات

(مرسلہ: حکیم عبدالرحیم جلیل)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

دانتوں اور مسوڑھوں کے بہت سے امراض مثلاً دانتوں کا ہلنا، گرم سرد پانی لگنا، درد، میل کا جم جانا، پیپ کا آنا، مسوڑھوں کا پھولنا اور دانتوں کا کیڑا لگنا وغیرہ دور کرکے دانتوں کو مضبوط، سفید اور چمکدار بناتا ہے اور متواتر استعمال سے دانتوں اور مسوڑھوں کو اور بہت سے امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔ قارئین کے لیے نسخہ پیش خدمت کریں استعمال کریں اور دعائیں دیں۔

نسخہ ھوالشافی: سرمہ سفید، سلیکٹری، پھٹکری، چھلکا مولی خشک، چاروں چیزوں کو ہم وزن لے کر کوٹ چھان لیں اور محفوظ کریں اور روزانہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

ناامید ہونے سے عمر گھٹتی ہے۔ (ارسطو)

قارئین کی خصوصی تحریریں

عبقری کے قارئین! آپ بھی حکیم صاحب کی ایک کتاب انعام میں پاسکتے ہیں عبقری کے لیے شاندار اور جاندار تحریر بھجوائیں۔ ہاں تحریر عبقری کے معیار کی ہو۔ اول آنے والے کو یہ انعام ارسال کیا جائیگا۔ اپنا مکمل پتہ لکھنا نہ بھولیں

عملیات

(سبحان اللہ۔۔۔مردان)

مجھے تقریباً 1991ء سے عملیات کا شوق ہے۔ عملیات کے بارے میں جب بھی کوئی کتاب ملی تو پڑھ لی لیکن کسی میں کوئی خاص کامیابی نہیں ہوئی۔ 2006ء میں ملیر کینٹ میں قاضی قطب الدین نقشبندی سے بیعت کر لی۔ انہوں نے اللہ کے نام کے مراقبے بتائے جو کہ ابھی کر رہا ہوں اور ان سے راہِ سلوک کے اسباق سیکھ رہا ہوں۔ پیروں، فقیروں سے مجھے بے حد محبت ہے۔ ہر وقت درویشوں اور اللہ لوک قسم کے لوگوں سے ملنے اور ان سے کچھ سیکھنے کی کوشش میں لگا رہتا ہوں تاکہ کہیں سے بھی کچھ سیکھ کر صرف اللہ تعالیٰ کی رضا کے لیے لوگوں کی خدمت کروں۔ سونا، چاندی، دولت، بنگلہ، گاڑی کسی چیز کی تمنا نہیں بس درویش بننا چاہتا ہوں۔ مختلف کتابوں سے مختلف چیزیں نوٹ کی ہیں جن کو بغیر کسی لالچ کے وقتاً فوقتاً آزماتا رہا ہوں۔ الحمد اللہ نماز پنجگانہ کا پابند ہوں۔ رزقِ حلال کھانے کی کوشش کرتا ہوں۔

(۱) جگر کی تمام بیماریوں کے لیے پانی پر 21 مرتبہ **"تَبٰرَکَ اسْمُ رَبِّکَ ذِی الْجَلَالِ وَالْاِکْرَام"** پڑھ کر دیتا ہوں۔ (2) گوہانجی چشم کے لیے بیری کے 7 عدد پتوں پر "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پڑھ کر دم کرتا ہوں۔

(3) بخار والے کو 7 عدد دھاگے پر 4 قل پڑھ کر اور یہ پڑھ کر 14 گرہیں لگا کر دیتا ہوں" **قفل کر دم و بستم بنام فلاں بحق لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ** "

(4) کسی پر جادو ہے یا جن ہے، معلوم کرنے کے لیے اسکے قد کے برابر دھاگہ ناپ کر اول و آخر 11 مرتبہ درود شریف اور 7 مرتبہ سورہ مزمل پڑھ کر دم کر لیتا ہوں (5) نظر اتارنے کے لیے 3 مرتبہ" **وَاِنْ یَّکَادُ الَّذِیْنَ کَفَرُوْا لَیُزْلِقُوْنَکَ بِاَبْصَارِھِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّکْرَ** (سورۃ القلم آیت نمبر 51) دم کرتا ہوں (6) جب بھی کوئی چیز اللہ تعالیٰ سے مانگتا ہوں تو اول آخر درود شریف، سورۃ الفاتحہ ایک مرتبہ، سورۃ اخلاص 3 مرتبہ۔ کبھی بھی ناکامی نہیں ہوئی۔ (7) کسی کو کوئی بھی بیماری ہو تو 7 مرتبہ سورۃ الفاتحہ اول آخر درود شریف پڑھ کر دم کرتا ہوں۔ اللہ تعالیٰ شفا دیتا ہے (8) دانت درد کے لیے **"لکل بناء مستقر و سوف تعلمون"** (سورۃ انعام آیت نمبر 67) کا تعویز لکھ کر دیتا ہوں (9) سر درد کے لیے سورۃ اخلاص 3 مرتبہ یا 7 مرتبہ یا 11 مرتبہ پڑھ کر دم کرتا ہوں (10) اسکے علاوہ ہر بیماری کے لیے آیاتِ شفا چینی کی پلیٹ یا کاغذ پر لکھ کر پینے کے لیے دیتا ہوں (11) کبھی کبھی بغیر کچھ پڑھے بھی دل میں نہایت عاجزی اور خلوص کے ساتھ اللہ تعالیٰ کو یاد کر کے کسی کو دعا دے دیتا ہوں اور کام ہو جاتا ہے۔

جگر کی بیماریوں کے لیے تعویز: کَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِّکَلِمٰتِ رَبِّیْ (سورۃ کہف آیت نمبر 19) لکھ کر، دائیں بازو پر باندھنا ہے۔

بے پردہ عورت کو سزا

(بلال احمد نقشبندی۔۔۔چوبرجی لاہور)

حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ میں اور میری بیوی فاطمہؓ دونوں نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے۔ ہم نے آپ ﷺ کو روتے ہوئے دیکھا۔ میں نے پوچھا۔ آپ ﷺ پر میرے ماں باپ قربان ہوں، آپ ﷺ کیوں رو رہے ہیں؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا اے علیؓ میں نے معراج کی رات کو اپنی امت کی عورتوں کو دیکھا کہ ان کو مختلف طریقوں سے عذاب دیا جا رہا ہے۔ آج مجھے وہ منظر یاد آیا۔ تو شفقت و رحمت کی وجہ سے مجھے رونا آ گیا۔

میں نے پہلی عورت کو دیکھا کہ اس کو سر کے بالوں کے ساتھ الٹا لٹکایا گیا ہے۔ اور اسکا دماغ ابل رہا ہے۔ دوسری عورت کو دیکھا کہ اس کو زبان کے ذریعے الٹا لٹکایا گیا ہے اور گرم گرم پانی اس کے حلق میں انڈیلا جا رہا ہے۔ میں نے تیسری عورت کو دیکھا کہ اس کے دونوں پاؤں کو اس کی چھاتیوں کے ساتھ اور دونوں ہاتھوں کو اس کی پیشانی کے ساتھ باندھا گیا ہے۔ میں نے چوتھی عورت کو دیکھا کہ اس کو اس کے پستانوں کے ذریعے الٹا لٹکایا گیا ہے۔ میں نے پانچویں عورت کو دیکھا کہ اس کا سر سور کے سر کی مانند ہے جبکہ بقیہ بدن گدھے جیسا ہے۔ میں نے چھٹی عورت کو دیکھا کہ اس کی شکل کتے جیسی ہے۔ اور آگ اس کے منہ میں داخل ہوتی ہے اور اس کے پاخانے کے راستے سے باہر نکلتی ہے۔ فرشتے آگ کے بنے ہوئے گرزوں سے اسے سر پر چوٹ لگا رہے ہیں۔ یہ سن کر سیدہ فاطمہؓ کھڑی ہو گئیں اور عرض کیا اے میرے پیارے ابو جان میری آنکھوں کی ٹھنڈک۔ ان عورتوں نے کیا گناہ کئے تھے جس کی وجہ سے اتنی سزا دی جا رہی تھی؟ نبی کریم ﷺ نے فرمایا بیٹی پہلی عورت جسے سر کے بالوں سے باندھ کر لٹکایا گیا تھا وہ مردوں سے اپنے بالوں کو نہ چھپاتی تھی۔ ننگے سر بازار میں پھرنے کی عادی تھی۔ دوسری عورت جسے زبان کے ذریعے لٹکایا گیا تھا اس کا قصور یہ تھا کہ وہ اپنے شوہر کو ایذا دیتی تھی۔ اس کے سامنے زبان چلانے کی عادی تھی۔ تیسری عورت جس کے دونوں پاؤں چھاتی سے اور دونوں ہاتھ پیشانی سے باندھ دیئے گئے اور اس پر سانپ بچھو چھوڑ دیئے گئے وہ عورت حیض اور جنابت کے بعد اچھی طرح فرض غسل سے اپنے بدن کو پاک صاف نہیں کرتی تھی اور نماز کا مذاق اڑاتی تھی۔ چوتھی عورت جس کو پستان کے ذریعے لٹکایا گیا تھا وہ بدکار عورت تھی جو غیر مردوں سے زنا کی مرتکب ہوتی تھی۔ پانچویں عورت جس کا سر سور جیسا اور جسم گدھے جیسا تھا تو یہ عورت چغل خوری کرتی تھی اور جھوٹ بولتی تھی۔ چھٹی عورت جس کی شکل کتے جیسی تھی اور آگ اس کے منہ میں داخل ہو کر پاخانے کے راستے باہر نکلتی تھی تو یہ وہ عورت تھی جو حسد کرتی تھی اور احسان جتاتی تھی۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ اللہ میری ماں، بہنوں کو پڑھ کر اس پر عمل کرنے کی توفیق فرمائے اور پردہ کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین)

شادی کی رکاوٹ کے لیے مجرب عمل

(خادم حسین۔۔۔میاں چنوں)

ہر روز وقت مقررہ پر 7 دفعہ سورہ **ممتحنہ** (پارہ نمبر **28**) اول آخر گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا مانگیں یہ عمل کم از کم 41 روز تک جاری رکھیں۔ مجرب ہے۔

کسان کی حرکت، عُشر کی برکت

(قاضی محمد اسرائیل۔۔۔گڑنگی مانسہرہ)

میری یہ تحریر آپ کے پاس امانت ہے۔ اگر کوئی عمل کر گیا تو اس کی فصل میں برکت ہوگی، اگر نہ کیا تو پھر بھی آپ کو اس کے چھاپنے پر برکت مل جائے گی۔ آپ کے نامہ اعمال میں نیکی لکھ دی جائے گی۔ کہ مسلمان کا مال اور جان تو اللہ کے قانون کے پابند ہیں۔ مال پر سال گزرنے کے بعد زکوۃ فرض ہے۔ اس طرح زمین کی پیداوار پر فصل جب تیار ہو کر کٹ جائے تو اس پر عشر واجب ہے۔ میرے کسان بھائی اس چیز سے غافل ہیں۔ یہی بات آپ کے ذمہ لگائی جاتی ہے کہ ہر کسان کو یہ بات سنائی جائے کہ زمین کی جب فصل تیار ہو تو اگر خود نہر کا پانی لگا کر فصل تیار کی ہے تو بیسواں حصہ اللہ کے نام پر دیا جائے گا۔ اگر آسمانی بارش کی وجہ سے زمین سیراب ہوتی رہی تو دسواں حصہ اللہ کے نام پر دیا جائے گا۔ کسان اس کو کہا جاتا ہے جو زمین میں ہل چلائے۔ میرے آباؤ اجداد بھی کسان تھے۔ ہمارے والد صاحب جب فصل تیار ہوتی تو چند حصے بناتے تھے ایک عشر کا دسواں حصہ کیونکہ وہ زمین بارش ہی کے پانی سے سیراب ہوتی ہے۔ ایک امام صاحب کا حصہ۔ ایک مسجد کے خادم صاحب کا۔ کچھ حصے اور بھی اقرباء وغیرہ کے ہوتے۔ ہم والد صاحب سے کہتے کہ ہماری زمین کی پیداوار کم ہے اور عشر ہم پہ لازم نہیں، وہ فرماتے بس تھوڑے میں سے تھوڑا اللہ کے لیے دیتا ہوں اس میں برکت ہوگی۔ اللہ کا نام بڑا ہے اس کے نام پر جب تھوڑی چیز بھی دی جاتی ہے وہ بڑی ہو جاتی ہے۔ ہمارے گاؤں کے امام صاحب فرماتے ہیں کہ پورے گاؤں میں محمد اسماعیل کی فصل جدا ہے۔ شاید یہ عشر کی برکت ہوگی۔ ہمارے گاؤں کی زمین میں سال میں صرف ایک ہی فصل مکئی تیار ہوتی ہے۔ جن علاقوں میں دو یا تین فصلیں تیار ہوتیں ہیں ان پر ہر فصل اٹھانے پر عشر لازم ہے۔ وہ عشر ادا کریں اگر عشر ادا نہیں کریں گے تو پہلا کام یہ ہوگا برکت ختم ہو جائے گی۔ دوسرا کام یہ ہوگا کہ سکون چلا جائے گا۔ تیسرا کام یہ ہوگا کہ اولاد نافرمان ہو جائے گی۔ چوتھا نقصان یہ ہوگا قبر کی زندگی تباہ ہوگی۔

اب میرے ذہن میں یہ بات آتی ہے کہ میرے والد کی یہ ادا اللہ کو اچھی لگی اور دنیا ہی میں نقد صلہ عطا فرما دیا کہ اولاد کو دین پر لگا دیا۔ یا اللہ تیرا شکر ہے۔ امید کی جاتی ہے کہ اللہ کا فضل و کرم ہوا تو آخرت بھی اچھی ہو جائے گی۔ نیت پر پھل ہوتا ہے۔ اگر آپ خود کسان ہیں تو اس پر عمل کریں اور اگر آپ کا کوئی عزیز ہے تو اس کو سنائیں۔ جہاں جہاں تک آواز لگا سکتے ہیں، لگائیں۔

تحفہ

(حکیم حبیب اللہ فیض۔۔۔میرپور سندھ)

ماہنامہ عبقری میں آج پہلی مرتبہ حاضری ہو رہی ہے۔ نصرتِ خداوندی اگر شاملِ حال رہی تو انشاء اللہ ان صفحات میں آپ سے ملاقات رہے گی۔ میرے نانا جی حضرت میاں جمال الدینؒ حضرت جی مولانا محمد الیاسؒ بانی دعوت و تبلیغ کے شاگرد تھے۔ 1999ء میں دارفانی سے کوچ فرما گئے۔ عملیات میں ان کا شہرہ دور دور تک تھا کسی قدر طب سے بھی لگاؤ تھا۔ ان کے معمولات و مجربات، افادۂ قارئین اور نانا جی کے لیے ایصال ثواب کی نیت سے گاہے بگاہے آپ کی خدمت میں پیش کرتا رہوں گا۔ آج آپ کی خدمت میں جو تحفہ پیش کر رہا ہوں وہ نانا جی مرحوم کا تو نہیں البتہ ایک بہت بوسیدہ کتاب میرے ہاتھ لگی تھی اس میں پڑھا تھا۔ یہ ایک عمل ہے جو مقصد برآری کے لیے ہے۔ مذکورہ کتاب میں اس عمل کے متعلق لکھا ہے کہ

''حضرت سلطان نظام الدین اولیاء محبوب الٰہی قدس اللہ سرۃ العزیز سے روایت ہے کہ جو کوئی ایک سو بار بعد نماز فجر، اس کو پڑھے گا انشاء اللہ ایک ہفتہ میں اسکی حاجت پوری ہوگی اور اگر مقصد برآری نہ ہو تو کل قیامت کے روز اس کا ہاتھ میرے دامن میں ہو''

مذکورہ عبارت پڑھ کر میں بہت حیران ہوا اور اپنے ایک ضروری کام کے لیے میں نے یہ عمل پڑھنا شروع کیا۔ جس کام کے لیے میں یہ عمل پڑھا بظاہر اس کا ہونا، ناممکنات میں سے تھا۔ میری اس وقت حیرت کی انتہا نہ رہی کہ وہ ناممکن کام، ممکن ہو گیا۔ شیطان نے دل میں یہ وسوسہ پیدا کیا کہ یہ تو ایک اتفاق ہو سکتا ہے۔ میں نے اپنے دیگر امور کے لیے اسے پڑھا، واللہ میں نے اسے ایسا ہی پایا جیسا کہ لکھا ہے۔ میں نے اپنے دوستوں کو بھی بتلایا انہوں نے بھی اس سے خوب فائدہ اٹھایا۔ آج قارئین ماہنامہ عبقری کی خدمت میں پیش ہے۔ انشاء اللہ مشرق و مغرب کے فاصلوں پر اپنے بکھرے مقاصد کو مقناطیسی کیفیت سے پورا ہوتے دیکھیں گے۔

عمل مبارک یہ ھے

بروز جمعہ: **یا ھو یا اللہ** بروز ہفتہ: **یا رحمٰن یا رحیم**

بروز اتوار: **یا واحد یا احد یا صمد**

بروز پیر: **یا ذالجلال و الاکرام**

بروز منگل: **یا حی یا قیوم** بروز بدھ: **یا حَنَّانُ یَا مَنَّانُ**

بروز جمعرات: **یا مَالِکَ الْمُلْکِ یا ذالجلال و الاکرام**

اللہ کی طرف رجوع

(محمد آصف قائم خانی۔۔۔کنڈیارو سندھ)

ایک دفعہ لاہور سے ٹرین کے ذریعہ کنڈیارو آنا تھا۔ سردیوں کے دن تھے اور لاہور کی سخت سردی۔ ٹرین میں بندہ کو برتھ درکار تھی لیکن سیٹ تک ٹرین میں موجود نہ تھی۔ لاہور پلیٹ فارم پر سخت سردی تھی۔ رات 9:00 بجے کا وقت تھا۔ میرے ساتھ میرے محسن عاشق حسین صاحب بھی تھے۔ گارڈ سے معلوم کیا کہنے لگا کوئی سیٹ/ برتھ موجود نہیں ہے۔ قلی وغیرہ سے معلوم کیا غرض ہر طرف سے'' نا '' کا جواب ملا۔ پھر بندہ نے اللہ پاک کی طرف رجوع کیا اور بندہ کو اپنے شیخ کی طرف سے (خزانہ نمبر 2) کا وظیفہ ملا ہوا تھا۔ وظیفہ کو پڑھنا شروع کیا اور اللہ سے دل ہی دل میں دعا بھی کرتا رہا۔ پریشانی یہ تھی کہ لاہور سے کنڈیارو تک کا سفر بغیر سیٹ/ برتھ کے کیسے ہوگا (جو کہ تقریباً 14 گھنٹہ کا سفر ہے)۔ بندہ پلیٹ فارم پر تھک ہار کر بیٹھ گیا لیکن اللہ سے رجوع اور خزانہ نمبر 2 کا ورد چل رہا تھا۔ تھوڑی دیر گزری کہ ایک نوجوان آیا اور بندہ کو کہنے لگا آپ کو برتھ چاہیے۔ بندہ اس نوجوان کو تھوڑی دیر ٹکٹکی باندھے دیکھتا رہا کہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے اتنی کھلی مدد پر یقین نہیں آ رہا تھا۔ پھر بندہ نے اس نوجوان سے برتھ دینے کی وجہ پوچھی کہ یہ برتھ وہ بندہ کو کیوں دے رہا ہے؟ حالانکہ اور لوگ بھی پریشان حال موجود ہیں اور برتھ دینے بندہ کی طرف ہی کیوں آیا؟ نوجوان کا جواب بہت ہی سادہ سا تھا کہنے لگا میں اس ٹرین سے کراچی جانے کے لیے آیا تھا لیکن بیٹھے بیٹھے مجھے خیال آیا کہ صبح والی ٹرین سے کراچی جاؤں گا اور دوسری نظر اس کی بندہ پر پڑی کہ یہ برتھ میں انہیں دے دوں شاید انہیں ضرورت ہو اور اس طرح اللہ نے بندہ کی مشکل آسان کر دی۔

آئیں مل کر دعا کریں

اسم اعظم کے ذکر کی روحانی محفل

اسم اعظم سے روحانی و جسمانی مشکلات کا یقینی علاج

جیسا کہ قارئین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درود شریف، سورۂ فاتحہ، سورۂ الم نشرح، سورۂ اخلاص، آیت کریمہ، اسم الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصراً اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے اس دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک محفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

معاشی پریشانی

محمد عارف۔۔۔ [illegible] آباد

جناب محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

گزارش ہے کہ چند نہایت پریشان کن حالات کا شکار ہوں۔ ہم دو بھائی اکٹھے رہتے ہیں۔ چھوٹی پانچ بہنیں شادی شدہ ہیں۔ ایک چھوٹی دوکان ہے۔ دوکان کی آمدن اخراجات سے بہت ہی کم ہے۔ ہم شروع سے مقروض چلے آرہے ہیں۔ بہنوں کی شادیوں کی وجہ سے قرض 7 لاکھ تک پہنچ چکا ہے۔ ہماری کچھ 30 مرلہ زمین ہے لیکن یہ زمین کچھ لالچی لوگوں کی زمین کے اندر گھری ہوئی ہے۔ یہ لوگ ہماری مجبوری سے ناجائز فائدہ اٹھانے کی کوشش کررہے ہیں۔ اور ہم اس کی وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ مہربانی فرما کر ہمارے لیے دعا کریں اللہ ہماری مشکل کو حل کردے۔ آپ کے لیے دعا گو ہوں جو سلسلے انسانیت کی خدمت کے لیے آپ نے شروع کر رکھے ہیں اللہ کریم انہیں مزید ترقی نصیب فرمائے۔ آمین۔

قرض سے نجات

محمد حفیظ الرحمٰن۔۔۔ ہارون آباد

جناب حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

لا تعداد مقروض ہونے کی وجہ سے سخت پریشان ہوں۔ قرض خواہوں کا سامنا کرنے کی بالکل ہمت نہیں ہوتی۔ شرمندگی سے بات نہیں نکلتی۔ انمول خزانہ پڑھنے سے نماز میں خشوع و خضوع پیدا ہوگیا ہے۔ میرے لیے منگل کے درس میں خصوصی دعا کریں کہ اللہ مجھے قرض کے عذاب سے نجات دلائے اور اللہ تعالیٰ آپ کی عمر دراز فرمائے اور حاسدوں کے حسد سے بچائے۔ آمین۔

احساس کمتری کا شکار

سلیم واو۔۔۔ ہارون

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

جناب والا میں ''ماہنامہ عبقری'' کا قاری ہوں۔ میں آپ سے مشورے اور دعا کا متمنی ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں لوگوں کے سامنے بالکل بیان کرنے سے قاصر ہوں۔ اگرچہ ایک بات مجھے اچھی طرح معلوم کیوں نہ ہو میں کسی بھی محفل میں اس کا اظہار نہیں کرسکتا۔ میں ایک صحت مند انسان ہوں، کوئی کمزوری یا بیماری بھی نہیں ہے۔ عمر تقریباً چالیس، بیالیس سال ہے۔ مجھے اپنی دعاؤں میں خصوصی یاد رکھیں۔ اللہ میری اس کمزوری کو دور کردے اور میرے لیے رزق میں کشادگی کے لیے بھی دعا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کے علم و عمل میں اضافہ فرمائے اور آپ کو نظر بد سے بچائے۔ آمین۔

بیٹیاں نیک صالح اور فرمانبردار

ایک بیٹی

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم!

میں نے آپ کا نام بہت سنا ہے آپ کو دیکھنے کا بہت اشتیاق ہے۔ لیکن میری کچھ مجبوریاں ہیں جس کی وجہ سے آپ سے ملاقات نہیں ہوسکتی۔ صرف خط سے بات چیت ہو سکتی ہے۔ حکیم صاحب میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری تین بیٹیاں ہیں۔ تیسری بیٹی کی دفعہ میں نے اللہ سے بہت زیادہ دعا کی اور پڑھائی بھی کی لیکن اللہ نے پھر بھی بیٹی دی۔ آپ سے استدعا ہے کہ میری بیٹیوں کو لیے دعا کریں وہ نیک، صالح اور فرمانبردار ہوں اور ان کے نیک نصیب ہوں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو لمبی عمر عطا کرے تاکہ آپ اسی طرح لوگوں کی خدمت کرتے رہیں۔ آمین

گناہوں پر شرمندگی

نور فاطمہ۔۔۔ کراچی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

حکیم صاحب میں بہت زیادہ گناہ گار ہوں۔ اپنے لیے اللہ سے ہر وقت دعا مانگتی ہوں کہ اللہ تعالیٰ مجھے معاف کر دیں۔ آپ بھی میرے لیے منگل کے درس میں دعا مانگیں کہ اللہ میرے تمام گناہ معاف فرمادے اور مجھے نیکی پر استقامت عطا فرمائے۔ میں کوئی بھی ذکر کرتی ہوں تو میرا ہر کام الٹا ہو جاتا ہے اور نقصان ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس کے لیے بھی اللہ سے میرے لیے دعا مانگیں۔ شکریہ

گھریلو پریشانی

ناہید اختر۔۔۔ نارووال

محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

حکیم میرے خاوند کے گھر والے مجھ سے بہت ناروا سلوک کرتے ہیں۔ شاید کہ میرے والدین بہت غریب ہیں اور میری تین بیٹیاں ہیں، بیٹا کوئی نہیں ہے۔ حکیم صاحب میرے لیے نیک صالح بیٹے کی دعا کریں۔ اور مزید اللہ تعالیٰ سے میرے لیے دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ میری مشکل آسان کر دیں۔ مجھے قبر کے عذاب سے، دوزخ سے بچائے اور اللہ تعالیٰ مجھے اور میرے بچوں کو صراط مستقیم پر چلائے اور میرے میاں کے کاروبار میں برکت دے۔ میری اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کو ہر دکھ درد اور بیماری سے محفوظ رکھے۔ آمین۔

دین و دنیا کی بھلائی

محمد رمضان چوہدری (ریٹائرڈ انسپکٹر پنجاب پولیس)

مکرمی و معظمی جناب قبلہ محترم حکیم صاحب!

آداب! قبل ازیں دو عریضے اعمال کے بارے میں تحریر خدمت کرکے دستی پیش کئے تھے۔ اللہ کا شکر ہے کہ اعمال حسب دستور سابق کر رہا ہوں۔ رمضان شریف میں تراویح با جماعت ادا کی اور پورا قرآن پاک سنا۔ اعتکاف بھی بیٹھا اور 5 مرتبہ قرآن پاک ختم کیا۔ یہ سب اللہ تعالیٰ کی مہربانی اور آپ کی دعاؤں و نظر کرم کی وجہ سے ہے۔ ورنہ میں کیا اور میری اوقات کیا۔ میری تمام زندگی آپ کے سامنے ہے جہاں سوائے گناہوں کے کچھ نہیں ہے۔ بس اللہ تعالیٰ کی رحمت و فضل و کرم پر بخشش کا بھروسہ ہے اور اس کی رحمت سے مایوس نہیں ہوں۔ آپ سے استدعا ہے کہ میرے لیے دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ میری گھریلو مشکلات کو آسان کردے۔ اور دین و دنیا میں بھلائی فرمادے۔ آمین۔

بلی سے کھیت کی حفاظت کیسے ہوئی؟

فصل عین پکنے کے قریب تھی جب کہ چوہوں نے حملہ کردیا اور پورے علاقے کے چاول کاٹ کرر کھ دیئے...... لیکن حیرت انگیز طور پر ''ہمارے کھیتوں میں دو بڑے بڑے بلے آ کر بیٹھ گئے

(تحریر: ڈاکٹر عبدالغنی فاروق)

چوہدری مظفر حسین (وفات 2004ء) علمی دنیا کا ایک معروف نام ہے۔ موصوف مرحوم محکمہ زراعت بھی خاصے بڑے افسر تھے اور بہت سی کتابوں کے مصنف بھی تھے۔ یہ میری خوش بختی ہے کہ چودھری صاحب مجھ سے بہت محبت اور اخلاص سے پیش آتے تھے۔ ایک بار میں نے درخواست کی کہ ''مکافات عمل'' کے حوالے سے کسی خاص واقعے کی نشاندہی فرمائیں۔ تب انہوں نے ایک حیرت انگیز بات سنائی۔ انہوں نے بتایا کہ چودھری غلام قادر محکمہ زراعت میں افسر تھے اور ان کے ذاتی دوست بھی تھے۔ ان کا تعلق شکر گڑھ کے قریب ایک مشہور قصبے میگنڈی سے تھا۔ انہوں نے بتایا کہ ان کے والد زمیندار تھے۔ بہت ہی متقی انسان تھے اور بڑے ہی غریب پرور تھے۔ بیواؤں اور یتیموں کی خاص سرپرستی کرتے اور غریب طالب علموں کے وظائف مقرر کرتے تھے۔ کسی کو پریشان حال دیکھنا انہیں گوارا نہ تھا۔

چودھری غلام قادر کی روایت کے مطابق ایک برس چاول کی فصل عین پکنے کے قریب تھی جب کہ چوہوں نے حملہ کردیا اور پورے علاقے کے چاول کاٹ کرر کھ دیئے...... لیکن حیرت انگیز طور پر ''ہمارے کھیتوں میں دو بڑے بڑے بلے آ کر بیٹھ گئے اور انہوں نے کسی چوہے کو وہاں گھسنے نہیں دیا۔ نتیجہ یہ کہ باقی سارا علاقہ تباہ ہو گیا لیکن ہمارے کھیت بالکل سلامت رہے''۔

قارئین گرامی: قرآن پاک کی مشہور آیت ہے۔

''واماما ینفع الناس فیمکث فی الارض''

(سورہ رعد۔ آیت نمبر 18)

یعنی ہر وہ چیز جو خلق خدا کے لیے نفع بخش ثابت رہتی ہے اللہ تعالیٰ اس کو مضبوطی سے زمین میں گاڑ دیتا ہے۔

یعنی اسے دوام حاصل ہو جاتا ہے اور زمانے کے نشیب و فراز سے نقصان پہنچانے میں کامیاب نہیں ہوتے۔ چنانچہ میں نے اوپر جو واقعات پیش کیئے ہیں وہ اسی اصول خداوندی کی تعبیر ہیں اور وہ اس امر کی بین دلیل ہیں، کہ جو شخص بھی خلق خدا یا دوسرے لفظوں میں خدا کے کنبے (الخلق عیال اللہ) کے لیے نفع بخش بنے گا، ان کی مشکل میں کام آئے گا۔ اللہ اپنے فضل سے انہیں آفتوں سے اور عذاب سے محفوظ رکھے گا۔

جیسا کہ مندرجہ بالا واقعات سے ثابت ہے اور اگرچہ اس نوعیت کے واقعات کی تعداد بہت کم ہے لیکن اگر توجہ سے دیکھیں تو جگہ جگہ اس قسم کی مثالیں دیکھی جاسکتی ہیں۔

بدقسمتی کی بات یہ ہے کہ انسانوں کی اکثریت کوتاہ اندیش واقع ہوئی ہے۔ وہ خود غرضی اور مفاد پرستی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ کنجوسی اور تنگ نظری کو اپنا شعار بنالیتے ہیں ورنہ اگر وہ یہ یقین حاصل کرلیں اس کائنات کا ایک خالق و مالک بھی ہے، یہ زمین، یہ جائیداد، یہ ذہنی عملی صلاحیتیں اس کی عطا ہیں، ہمیں اس دنیا میں امتحان کیلئے بھیجا گیا ہے اور خصوصاً حقوق العباد کے سلسلے میں ہمیں سخت جوابدہی کا سامنا کرنا پڑے گا۔ تو یقیناً ان کا رویہ عام خلق کے حوالے سے مثبت اور تعمیری بنیادوں پر استوار ہوجائے گا...... پھر وہ کسی کو دکھ اور مصیبت میں نہیں دیکھ سکیں گے اور آگے بڑھ کر ان کے مسائل کو حل کرنے کی کوشش کریں گے۔

ایسے خوش بخت لوگ، جیسا کہ میں نے عرض کیا، دنیا میں بہت کم ہیں لیکن جتنے بھی ہیں وہ اپنے غیر معمولی رویے کی وجہ سے خدا کے محبوب بن جاتے ہیں، اور وہ معجزاتی انداز میں ان کی پاسبانی کرتا ہے، انہیں مختلف آفتوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ ان کے کاروبار میں وسعت اور برکت عطا کردیتا ہے، ان کی فصلوں کو کیڑا نہیں لگتا۔ موسموں کی شدت انہیں نقصان نہیں پہنچاتی اور ان کا خاندان بیماریوں اور پریشانیوں سے محفوظ رہتا ہے...... اور چونکہ اس آیت قرآنی میں کسی مذہب وملت کی تخصیص نہیں ہے۔ اس لیے مسلمان ہو یا ہندو، یہودی ہو یا عیسائی جو شخص بھی خلق خدا کیلئے نفع بخش بنتا ہے، مشکلات اور پریشانیوں میں ان کی دست گیری کرتا ہے۔ اللہ دنیا ہی میں اسے مادی برکات سے نوازدیتا ہے۔ وہ اپنے ذمے ادھار نہیں رہنے دیتا۔

چنانچہ مجھے اس امر میں کوئی شبہ نہیں ہے کہ وطن عزیز میں زراعت کے حوالے سے زمیندار (بقیہ صفحہ نمبر 7 پر)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

☆ آپ نے پچھلے رسالے میں کمر کے درد کا پوچھا تھا اس کے لیے میرا آزمودہ نسخہ کالی ہریڑ۔ سنڈھ اور پنیر ڈوڈی ایک ایک چھٹانک لیکر پیس لیں۔ بڑے کیپسول بھرلیں۔ دن میں 4 بار ایک کیپسول لیں۔ 2 ماہ تک استعمال کریں۔ (ارسلان احمد...... قصہ خوانی بازار پشاور)

کمر کے درد کے لیے ایک ٹوٹکہ ہے کہ شہد دیسی کو نچوڑ کر اس کا موم لے لیں اس کی گولیاں بنائیں 2 گولی پانی کے ہمراہ دن میں 4 بار لیں۔ (وقار حسین۔۔۔ ہری پور)

کمر کے درد کے لیے ہماری دادی اماں نے یہ نسخہ بتایا تھا حرمل کالی مرچ اور اجوائن ہموزن پیس کر 1/2 چمچ دن میں دو بار گرم دودھ کے ہمراہ لیں۔ 5 ہفتے تک (رشیدہ خاتون، کراچی)

☆ امتحان میں کامیابی کا پوچھا آپ سوتے وقت سورۃ الم نشرح 4 بار پڑھ کر سویا کریں۔ ایسا روزانہ کریں (ام عبید۔ ملتان)

سوتے وقت سینے پر لفظ **عمر؛** 11 بار لکھا کریں۔ حیرت انگیز رزلٹ ملیں گے۔ (قاری احسن اللہ۔۔۔ کوہاٹ)

☆ عزیز سے ملاقات کے لیے سوتے وقت سورۃ التکاثر 41 بار پڑھ کر سو جائیں۔ 11 دن، حد 21 دن ایسا کریں۔ کسی عزیز کا تصور ضرور کریں۔ (مہر النساء۔۔۔ ٹیکسلا)

یا لطیفُ یا خبیرُ یا غائبُ 313 بار پڑھ کر اس عزیز کی روح کو ثواب پہنچائیں اور سو جائیں۔ (روزانہ سوتے وقت 41 دن تک) (عظمت اللہ خان۔۔۔ کوئٹہ)

☆ سردی کے موسم کی تکلیف کے لیے آپ مستقل معجون فلاسفہ دن میں 4 بار ایک ایک چمچہ استعمال کریں۔ (رشید الدین اصلاحی۔۔۔ لاہور)

روغن زیتون ایک چمچ، شہد 3 چمچے سوتے وقت دودھ گرم کے ساتھ استعمال کریں (نعمان صادق۔۔۔ ڈیرہ غازی خان)

(بقیہ: آپ کی صحت اور ماہِ فروری)

اور صرف ایک ماہ کے لیے ان کا ترک کرنا چنداں دشوار بھی نہیں ہے۔

2- اعتدال کے ساتھ چائے کا استعمال جاری رکھنا چاہیے لیکن واضح رہے کہ اس کی کثرت بہر حال باعث نقصان ہے۔

3- کھانا کھانے کے بعد اگر نصف تولہ سونف (گرد وغبار سے صاف) کو کسی مرغوب گلوری کی طرح چبا کر نگلنے کا اپنا معمول بنالیا جائے تو مفید ہے۔ اس سے ہاضمہ بھی درست رہے گا اور طبعی بشاشت و استعداد بھی بحال رہتی ہے۔ نزلہ و زکام اور دیگر ممکنہ اعصابی عوارض سے محفوظ رہنے کے لیے مندرجہ ذیل قہوہ کے چند گھونٹ رات کو سوتے وقت بقائے صحت کے لیے بہترین حفظ ماتقدم بلکہ ٹانک کا درجہ رکھتے ہیں۔

الائچی سبز	بادیاں خطائی	دارچینی	سبز چائے
ایک عدد	ایک ماشہ	۴ رتی	۳ ماشہ

ترکیب قہوہ:۔

ڈیڑھ سیر پانی کو اس قدر جوش دیں کہ پانی کھولے، آگ سے اتار کر مندرجہ ذیل اجزا کا مرکب اس میں ڈال کر اسے قریبا پانچ منٹ تک دم دیں اور پھر چینی ملا کر نصف کپ سے ایک کپ تک استعمال کریں۔ اپنے ملک و ملت کی قیمتی متاع یعنی بچوں کو خشک ہوا کے جھونکوں سے بچا کر رکھیں، بچے کے کان، چھاتی وغیرہ کسی نرم و گرم کپڑے سے محفوظ رکھیں۔ حفظ ماتقدم کے طور پر انڈے کی زردی کا تیل نکال کر نیم گرم ہلکا ہاتھ رکھ کر چند ساعت مالش کیا کریں۔ یہ عمل آپ کے بچے کی توانائی بحال رکھنے اور صحت کو قابل رشک بنانے میں آپ کے بچے کا محافظ ہے۔

(بقیہ: مسمی، ذائقہ، صحت اور طاقت)

(۱۲) مسمی کے بیج اور زرد چھلکا ہم وزن لے کر عرق گلاب میں بانس کی لکڑی سے دو روز تک کھرل کر کے سرمہ بنالیں۔ اس سرمے کو رات سوتے وقت، آنکھوں میں لگانے سے جالا، دھند دور ہو جاتا ہے اور نظر تیز ہو جاتی ہے۔ (۱۳) مسمی کے موٹے زرد چھلکے کو خشک کر کے جلالیں اور راکھ میں شہد ملا کر چاٹنے سے کھانسی دور ہو جاتی ہے۔

(۱۴) اسی طرح تین ماشے مذکورہ راکھ ایک تولہ شہد یا شربت بنفشہ میں ملا کر بار بار چاٹنے سے گلے کی خرابی، کھانسی فوراً ٹھیک ہو جاتی ہے اور بلغم خارج ہو جاتا ہے (۱۵) یہ پیشاب آور ہے۔ (۱۶)۔ مسمی کے استعمال سے جسم میں بیماریوں سے بچنے کی قوت مدافعت پیدا ہوتی ہے۔

(بقیہ: شخصیت نکھاریئے، گھر سنواریئے)

لباس:۔ ایسا لباس پہننا چاہیے جو ہماری جسمانی ساخت اور شخصیت کے عین مطابق ہو۔ عمر کا بھی خیال رکھنا چاہیے اور اس میں اضافے کے ساتھ لباس میں صوفیانہ رنگ غالب آتے رہنا چاہیے۔ ایسا لباس پہنیں جو آپ کی رنگت کو بھی اجاگر کرنے کی صلاحیت رکھتا ہو۔ بعض شخصیات بھڑ کیلے اور شوخ کپڑوں میں خوب بجتی ہیں۔ جب کہ بعض دوسروں کو ایسے ملبوسات میں دیکھ کر ترس آتا ہے۔ آپ کو چاہیے کہ محض جدید فیشن اپنانے کے بجائے صاف ستھرے اور خوبصورت رنگوں والے ملبوسات کو زیادہ اہمیت دیں۔ خواتین کے لیے میک اَپ اور زیورات کا انتخاب بھی موقع اور ضرورت کے عین مطابق ہونا چاہیے۔ (باقی آئندہ)

(بقیہ: دواؤں سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل)

پروسٹیٹ کی دوائیں:۔ فیناسٹیرائڈ (Finasteride) بڑھے ہوئے غدود مثانہ (پروسٹیٹ) کو گھٹانے کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ اس کی وجہ سے خون میں شامل مردانہ ہارمون (ٹیسٹو سٹیرون) کی مقدار بھی کم ہو جاتی ہے۔ کبھی کبھار اس کی وجہ سے نامردی لاحق ہو سکتی ہے۔ اسی کے ساتھ مادہ حیات کی مقدار میں بھی کمی آسکتی ہے۔ یہی اثرات پروسٹیٹ کے لیے استعمال ہونے والی دواؤں گوسیریلین (Goserelin) سائپروٹیرون (Cyproterone) اور اسٹل بوئسٹرول (Stilbosestrol) کے استعمال سے بھی رونما ہو سکتے ہیں۔

دیگر متفرق دوائیں:۔ اسپائرونولیکٹون (Spironolcatone) ایک پیشاب آور دوا ہے۔ جو زیادہ تر ناکامی قلب کے مریضوں کے علاوہ گردوں اور جگر کی ناکامی کے مریضوں کو استعمال کرائی جاتی ہے۔ طویل عرصے تک اس کے استعمال سے بھی استادگی میں مشکل پیدا ہو سکتی ہے۔ اسی طرح معدے کے زخم (السر) کی دوا سائی ٹائڈین (Cimetidine) کے استعمال سے بھی شاذ و نادر صورتوں میں ایسے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

حل کیا ہے؟

اس کا پہلا اور بنیادی حل یہ ہے کہ دواساز ان دواؤں کے اوپر ان سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل کے بارے میں مکمل معلومات درج کر دیا کریں۔ ویسے یہ بات بھی پیش نظر رہنی چاہیے کہ جنسی مسائل کے کئی اسباب ہوتے ہیں۔ زیادہ کام، دباؤ اور خود وہ مرض بھی جس کا علاج کرا رہے ہوں۔ اسکے باوجود اگر آپ کسی دوا کو اپنے اس مسئلے کا سبب سمجھتے ہیں تو اپنے معالج سے ضرور اس سلسلے میں رابطہ کریں کیونکہ اسے یقیناً ان مسائل کے بارے میں اہم معلومات اور تدابیر کا علم بھی ہو سکتا ہے۔ عین ممکن ہے کہ وہ دوا تبدیل کر دے جس سے یہ مسائل کم ہو جائیں۔ مثلاً امریکن کالج آف فزیشنز کے علم میں یہ بات آئی کہ کلورتھالیڈون (Chlorthalidone) نامی پیشاب آور دوا کی وجہ سے یہ مسائل سب سے زیادہ پیدا ہوتے ہیں۔ اس کے بعد بیٹا بلاکر ایسی بیوٹولول (Acebutolol) کے بھی یہی اثرات ہوتے ہیں۔ ان کے برخلاف بلڈ پریشر کم کرنے والی دوا اینالاپریل (Enalapril) سے یہ مسائل بہت کم پیدا ہوتے ہیں۔ برطانوی محققین کے مطابق بلڈ پریشر کم کرنے والی دوا والسارتان (Valsartan) کے استعمال سے جنسی کارکردگی زیادہ بہتر ہو جاتی ہے۔ تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ نیفازوڈون (Nefazodone) اور مرتازاپائن (Mirtazapine) نامی مانع پستی دواؤں سے بھی ایسے مسائل بہت کم پیدا ہوتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ تجویز کردہ دوا آپ کے حالات مرض کے لحاظ سے آپ کے لیے نہایت مناسب ہو، لیکن اس کے باوجود اس سلسلے میں معالج سے ضرور دوبارہ غور کرنے کی بات کرنی چاہیے۔

(بقیہ: انگور کے پتوں سے پتھری کا علاج)

کر اس درخت کی پھلیاں لے کر کوٹ پیس کر 1/4 چمچہ پانی کے ہمراہ صبح و شام استعمال کرائیں صرف چند روز کے استعمال سے کیرے (حلق میں بار بار بلغم گرنے کا مرض) ختم ہو گیا۔ پھر مزید مریضوں کو یہ نسخہ استعمال کرایا واقعی لاجواب ہے۔

(بقیہ: کمر اور مہروں کے مسائل کا آزمودہ چٹکلہ)

مزاج: سردی کی طرف مائل ہے اور اعتدال کے قریب ہے۔

افعال:۔ اورام حارہ اور اوجاع کو تحلیل و تسکین دیتی ہے۔ اس میں قوت تریاقیہ ہے۔ مسکن حرارت، مسکن معدہ، مدر بول ہے۔

نفع خاص: محلل اورام، دافع زہر۔

جدید تحقیقات:۔ پروٹین: 10.47، سوتر 28.17 اور راکھ 11.75 ہوتی ہے۔ راکھ میں کیلشیم 0.77، فاسفورس 0.59، میگنیشیم 0.34 پوٹاشیم 2.08 ہوتا ہے۔ خشک دوب میں ہر 400 گرام میں پروٹین 6.4 اور کاربوہائیڈریٹ 36.16 فی صد ہوتا ہے۔

فوائد:۔ کہیں بھی چوٹ لگ جائے اور زخم سے خون بہہ رہا ہو تو فوراً تھوڑی سی دوب لیکر اچھی طرح پیس کر زخم پر رکھ کر باندھنے سے خون فوراً رک جاتا ہے اور زخم بھی جلدی بھر جاتا ہے۔

جلدی امراض:۔ ہری دوب کا رس 200 گرام لیکر 200 گرام تلوں کے تیل میں ملا کر دھیمی دھیمی آنچ پر گرم کرتے کرتے جب رس جل جاوے اور تیل رہ جاوے تو اسے ٹھنڈے ہونے پر کپڑے سے چھان لیں۔ اس تیل کی مالش سے جلدی امراض دور ہو جاتے ہیں۔

نوٹ:۔ تیل قلعی دار برتن میں، جو کہ لوہے کا ہو تیار کریں۔ المونیم کا برتن استعمال نہ کریں۔

کثرت طمث:۔ ہری دوب کو مناسب چینی ڈال کر، گھوٹ کر پانی میں گھول کر چھان لیں۔ 5 سے 10 گرام پلا دیں فائدہ نہ ہونے پر روزانہ پلاتے رہیں۔ اس سے بول بھی زیادہ آتا ہے اور کثرت طمث کا عارضہ بھی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ **منہ کے چھالے:۔** دوب کا جوشاندہ بنا کر کلیاں کرنے سے منہ کے چھالے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

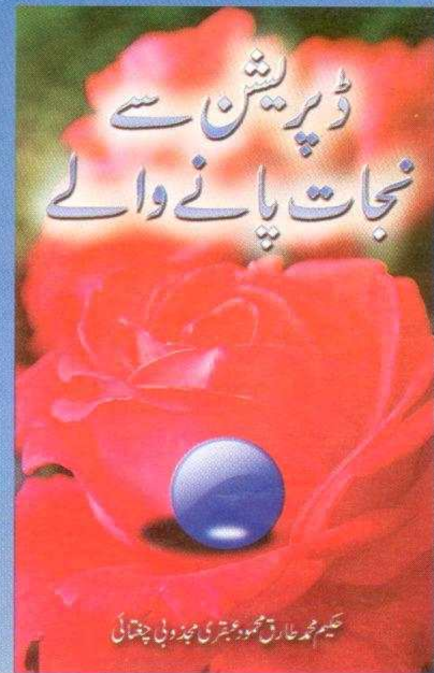
موسمی بخار دوب کے رس کا 1/2 چمچ اور اس کا سفوف اڑھائی گرام ملا کر چاٹنے سے ملیریا بخار کو آرام آجاتا ہے۔

خونی بواسیر دوب کا رس 1/2 چمچ، دودھ گرم کر کے ٹھنڈا کیا ہو 250 گرام۔ روزانہ ایک خوراک لینے سے بواسیر کو مستقل فائدہ ہوتا ہے۔ ویسے تو دوب گھاس ہر موسم میں ملتی ہے مگر برسات کے موسم میں زیادہ اُگتی ہے۔ آپ چاہیں تو اسے سکھا کر محفوظ بھی رکھ سکتے ہیں۔ دوب کا جوشاندہ یا رس قے کو فی الفور روکتا ہے۔ **پتھری** اگر کسی کو مثانہ یا گردہ کی پتھری ہو تو دوب کا رس 1/2 چمچ صبح و شام پلانے سے اور دودھ اور پتے والی سبزیاں و ٹماٹر سے پرہیز کرنے سے پتھری آہستہ آہستہ گھل کر نکل جاتی ہے۔ **امراض چشم**: دوب پیس کر ڈالنے سے آشوب چشم ٹھیک ہو جاتا ہے۔ **پاگل پن**:۔ غشی، ہسٹریا اور فشار امرم قوی HBP میں مصری ملا کر استعمال کریں۔

(بحوالہ: جڑی بوٹیوں کا انسائیکلوپیڈیا۔ ڈاکٹر حکیم ہری چند ملتانی)

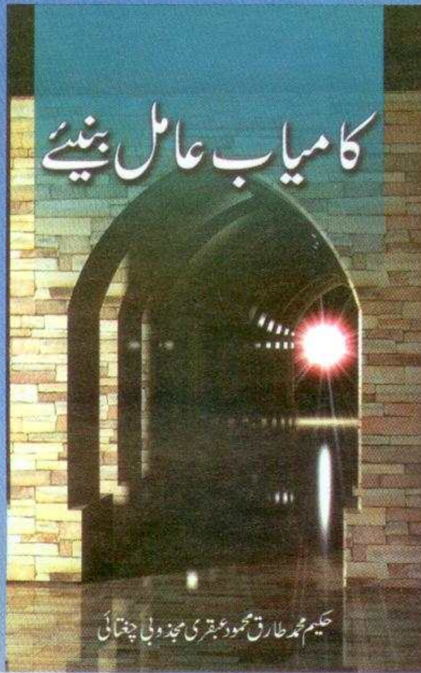
(بقیہ: دل کی بیماری لاعلاج نہیں)

شراب، تمباکو نوشی اور نشہ آور اشیاء سے پرہیز ضروری ہے۔ چائے کی کثرت اور ترش اشیاء کا استعمال بھی دردِ دل کو دعوت دیتا ہے۔ کثرت مباشرت اور غصہ کے جذبات کو کنٹرول میں رکھنا چاہئے۔ دردِ دل کے مریض خشک فضاء و خشک آب و ہوا سے محفوظ رہیں۔ اگر ہو سکے تو مریض کو جون جولائی کے مہینوں میں مری یا کوئٹہ جیسے صحت افزاء مقامات پر چلے جانا چاہئے۔ لذت و مسرت کے جذبات اعتدال سے نہیں بڑھنے چاہئیں، جنسی جذبات سے مغلوب نہیں ہونا چاہئے، جنسی ماحول بھی ایسے مریضوں کے لیے میٹھے زہر سے کم نہیں ہوتا۔ آج کل کی مخلوط تعلیم دردِ دل کا ایک بہت بڑا سبب ہے کیونکہ ایسے ماحول میں رہنے والا جنسی جذبات سے مغلوب ہونے لگتا ہے۔ جنسی جذبات کا بار بار ابھرنا اور تکمیل نہ پانا اس کا بڑا سبب ہے۔

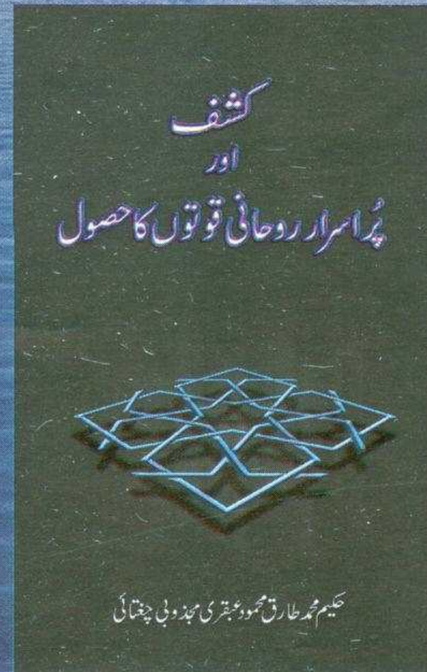


عالم انسانیت پریشان اضمحلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے کہ آخر اس ڈیپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات، پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور ان پر آزمائے اور نہایت کامیاب نتائج سامنے آئے۔

وہ سب نتائج اس کتاب میں سمو دیئے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ ہے۔ جس سے آپ ڈیپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈیپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوئے۔ قیمت -/180 روپے 40فی صدر عایتی قیمت کے بعد -/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ

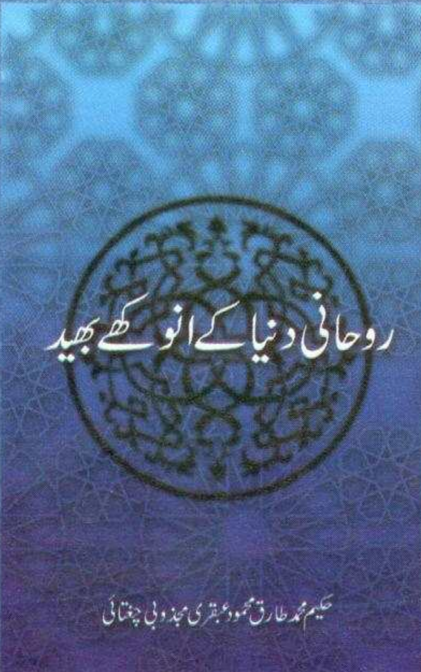


ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل۔ عامل کوئی کوئی، کامل کوئی نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے۔ ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام بیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہبر میسر نہیں آیا۔ یقین جانیے یہ کتاب ایک رہبر اور راہنما اور بامقصد ساتھی ہے، جو ہر جگہ آپ کے کام آئے۔ ایسے لوگ جو عامل نہیں بننا چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف و عملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، یہ کتاب ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے۔ قیمت -/180 روپے 40فی صدر عایتی قیمت کے بعد -/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ



کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور دربدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے۔ کچھ قدم قبرستانوں، ویرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ ایک الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات ناقابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات یکجا کیے ہیں۔ ہر شخص پراسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے۔ عروج پانے اور بے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے دربدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں، وہ ہوا نہیں لگنے دیتے اور یہ بے مراد لوٹتا ہے۔ ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں۔ اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہنچانے والے بھی۔

قیمت -/180 روپے، 40فی صدر عایتی قیمت کے ساتھ -/110 روپے میں علاوہ ڈاک خرچ



کائنات ایک راز ہے اور یہ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے۔ ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ بھید کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور بھرپور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف دل کی دنیا جیتنے والے ہی پا سکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ باکمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت ازبام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدردان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روحوں سے ملاقات کرواتا ہے۔ آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روحوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

قیمت -/180 روپے 40فی صدر عایتی قیمت کے ساتھ -/110 روپے میں علاوہ ڈاک خرچ

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں' ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ

عبقری ®

لاہور

مارچ 2008ء بمطابق ربیع الاول 1429 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ: 15 روپے

21

ناممکن روحانی مشکلات

لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

امام ابوحنیفہؒ کا احتیاط و تقویٰ

نئی نسل کے سلگتے اور الجھتے مسائل

ویران صحت، اجڑا چہرہ اور تندرستی کی کرن

ظلم کی انتہا اور عورت کا صبر

درودِ پاک کا معجزہ

مردانہ بے اولادی کا ایک سبب

نصیحت کی باتیں، بچوں کی زبانی

دنیا بدل گئی...............

اولیاء کے مستند وظائف و عملیات

آپ مریض ہیں، تو یہ عمل کریں

جلے ہوئے مریضوں کے لیے تحفہ

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿٧٦﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿٧٧﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیرسرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 9 جلد نمبر 2 مارچ 2008 بمطابق ربیع الاول 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

مارچ 2008ء

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سیدواجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15روپے اندرون ملک سالانہ 180روپے بیرون ملک سالانہ 40امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرسالانہ -/180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری درج ہوتا ہے۔ اگر زرسالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے۔ اور بار ہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے۔ کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں...... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website:www.ubqari.net
Email:ubqari@hotmail.com

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: اور تم سب اللہ تعالیٰ کی عبادت کرو اور اس کے ساتھ کسی چیز کو شریک نہ کرو اور ماں باپ کے ساتھ نیک برتاؤ کرو اور قرابت داروں کے ساتھ بھی اور یتیموں کے ساتھ بھی اور مساکین کے ساتھ بھی اور قریب کے پڑوسی کے ساتھ بھی اور دور کے پڑوسی کے ساتھ بھی اور پاس بیٹھنے والے کے ساتھ بھی (مراد وہ شخص ہے جو روز کے آنے والا اور ساتھ اٹھنے بیٹھنے والا ہو) اور مسافر کے ساتھ بھی اور ان غلاموں کے ساتھ بھی جو تمہارے قبضہ میں ہیں، حسن سلوک سے پیش آؤ۔ بے شک اللہ تعالیٰ ایسے لوگوں کو پسند نہیں کرتے جو اپنے کو بڑا سمجھا اور شیخی کی بات کرے۔

(سورۃ النساء آیت نمبر 36)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت عبداللہ بن مسعودؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: "سلام" اللہ تعالیٰ کے ناموں میں سے ایک نام ہے جس کو اللہ تعالیٰ نے زمین پر اتارا ہے لہٰذا اس کو آپس میں خوب پھیلاؤ کیونکہ مسلمان جب کسی قوم پر گزرتا ہے اور ان کو سلام کرتا ہے اور وہ اس کو جواب دیتے ہیں تو ان کو سلام یاد دلانے کی وجہ سے سلام کرنے والے کو اس قوم پر ایک درجہ فضیلت حاصل ہوتی ہے اور اگر وہ جواب نہیں دیتے تو فرشتے جو انسانوں سے بہتر ہیں اس کے سلام کا جواب دیتے ہیں۔

(بزار، طبرانی، ترغیب)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

ایک سوال ہے کہ بلی یا بے زبان جانور کا انسانی زندگی پر کیا اثر پڑتا ہے؟ کیا عروج وزوال کی کوئی کہانی بھی اس سے وابستہ ہوتی ہے؟ کچھ میرے مشاہدات آپ کی خدمت میں پیش ہیں۔

کھنڈراتی بیاض (عبقری پبلیکیشنز کی ایک کتاب) فوٹو کاپی ہو رہی تھی۔ مولانا قاری عطاء اللہ صاحب یہ خدمت سرانجام دے رہے تھے۔ موصوف فرمانے لگے کہ میرے گھر میں بلی نے بچے دیئے ہوئے تھے۔ اسکے بچے سارا دن گھر میں کھیلتے رہتے اور چہل پہل رہتی۔ بلی کو دودھ اور کھانے پینے کی چیزیں دیتے۔ فوٹو کاپی کرتے ہوئے کئی دفعہ میری مشین ہلکی پھلکی خراب ہونے لگی۔ نجانے کیسے خیال آیا کہ بلی کی خدمت کریں تو اللہ تعالیٰ کی مدد آئے گی اور مشین درست ہو جائے گی۔ اہلیہ سے عرض کیا کہ بلیوں کو دودھ ڈال دیں۔ وہ دودھ ڈالتی اور مشین درست ہو جاتی اور میں اپنا کام شروع کر دیتا۔ پھر مشین میں خرابی ہوتی تو میں پھر وہی دودھ والا عمل دہراتا اور مشین درست ہو جاتی۔ یہ تجربہ کئی دفعہ ہوا اور بعد میں احساس ہوا کہ جانور کی خدمت کرنے سے دعا ملتی ہے اور کام بنتے ہیں پریشانیاں دور ہوتی ہیں۔

میرے دیرینہ بزرگ حاجی محمد رفیق صاحب فرمانے لگے کہ بیت اللہ شریف میں طواف کے بعد حطیم میں گیا تا کہ دو نفل پڑھ سکوں۔ کیا دیکھتا ہوں کہ ایک بلی دو ہاتھ پھیلائے بالکل سجدے کے انداز میں پڑی ہوئی ہے۔ میں نے اطمینان سے نفل پڑھے، خوب تسلی سے دعا کی۔ واپسی تک بلی ویسے ہی سجدے میں پڑی ہوئی تھی نا معلوم مجھ سے کتنی دیر پہلے عبادت میں تھی اور پھر کتنی دیر بعد سجدے میں رہی۔

کرنل نور سیال کے گھر کے کونے میں بلی نے بچے دیئے۔ انکی اہلیہ بار بار نفرت کا اظہار کرتی اور گھر سے بلی کو نکالتی۔ ہر بار ایک غیبی آواز آتی جسے انہوں نے خود سنا کہ اس بلی کی خدمت کرو ورنہ بربادی اور تباہی تمہارا مقدر ہوگا۔ بس اس کی آنکھیں کھل گئیں۔

آنکھوں دیکھا واقعہ ہے گھر میں بلی نے بچے دیئے۔ گھر والوں نے بچوں سے نفرت کی اور بار بار بچوں کو گھر سے باہر رکھتے۔ بلی پھر اندر لے آتی۔ سخت سردی تھی اور خوب بارش ہو رہی تھی۔ گھر والوں نے معصوم بچے ٹوکری میں ڈال کر سامنے درخت کے نیچے رکھ دیئے۔ سخت سردی، سخت بارش، بچے چیخنے لگے اور ان کی آواز بڑھتی گئی۔ فریاد میں اور اضافہ ہوا مگر گھر والے پرسکون، گرم کمرے میں مطمئن۔ اب بلی کی بھی فریاد اور پکار شروع ہوئی۔ کچھ دیر بعد بچوں کی آواز بھی ختم ہوگئی اور بلی کی بھی۔ یعنی بچے بھی مر گئے اور بلی بھی۔ کچھ دیر گزری تھی کہ پورے گھر کی چھت دھڑام سے گری اور گھر والوں کی آواز بھی ختم ہوگئی۔

ایک صاحب کہنے لگے کہ میں نے بلی ماری تو مجھے 15 دن سخت بخار رہا۔ توبہ کی پھر صحت ملی۔ ایک قصائی نے اپنا واقعہ سنایا کہ میں نے بلی کو چھری ماری اور بلی مر گئی۔ اسی شام کو اچانک ایک شاندار بکرا تڑپ تڑپ کر مر گیا اور حرام ہو گیا۔

قارئین یہ حقیقت ہے کہ جو شخص بلی کی خدمت کرے اور اسکی تکلیف کو برداشت کرے تو اللہ پاک اس کی مدد فرماتے ہیں اور اس کی تکالیف دور ہوتی ہیں۔ مشاہدہ ہے کہ مکہ مکرمہ اور مدینہ منورہ میں کتے نہیں ہیں لیکن بلیاں ضرور ہیں حتیٰ کہ حرمین شریفین کے اندر بھی بلیاں ہوتی ہیں۔

ایماندار وہ شخص ہے جس سے لوگ اپنے مال و جان کو محفوظ سمجھیں (حضرت محمد ﷺ)

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

مظلوم کے پاس کوئی لفظ نہیں ہوتا۔ مگر جب ظلم بڑھ جاتا ہے پھر اللہ تعالیٰ اس مظلوم کے ساتھ ہو جاتا ہے

غیب کے نظام پر پختہ یقین

دعا کس چیز کا نام ہے؟ دعا الفاظ کا نہیں کیفیات کا نام ہے۔ میں '' حیات الحیوان '' ایک بہت بڑی کتاب ہے، وہ پڑھ رہا تھا اس کو پڑھتے پڑھتے ایک ایسی دعا ملی اور اس کے فوائد، اس کے فضائل، اس کے کمالات، لیکن یک دم بات یاد آئی کہ اس دعا کو پڑھنے کے لیے وہ مطلوب کیفیت بھی چاہیے اور وہ کیفیت میرے دوستو! اس وقت ملے گی جب غیب کے نظام پر سو فی صد یقین ہوگا۔ وہ مطلوب کیفیات اگر مل گئی تو دعا کے اندر کام بن گیا۔ لیکن یہ چیز اس وقت ملے گی جب غیب کا یقین ہوگا کہ اللہ ہے اور اللہ جل شانہ کا نظام ہے اور اللہ جل شانہ نے جو جزا لکھی ہے وہ ہے، جو سزا لکھی ہے وہ ہے، جو وعدہ فرمایا وہ ہے، جو وعید فرمائی ہے وہ ہے، یہ یقین بنتے بنتے آتا ہے اور بنتے بنتے بنانا پڑتا ہے۔ آپ کو بٹن پر یقین ہے کہ میں بٹن دباؤں گا اور بجلی سے روشنی پیدا ہوگی اور بٹن دباؤں گا تو پنکھا چلے گا۔ اس سے کہیں زیادہ اللہ کے نام پر یقین ہو کہ اللہ کے جو نام ہیں اور اللہ کے نبی ﷺ نے جو الفاظ بتائے، جو دعائیں بتائیں، جو ذکر، جو تسبیحات بتائی ہیں اس پر یقین ہو کہ بس میں یہ کروں گا اور اللہ کر دے گا۔ یہ جو عامل حضرات ہیں جب یہ کوئی تعویذ لکھتے ہیں یا کوئی عمل کرتے ہیں ان کا یقین جا کر گولی سے زیادہ اثر کرتا ہے۔ یاد رکھیے گا پڑھائی کرنیوالے، تسبیح کرنے والے، ذکر کرنے والے کا، جتنا اندر کا یقین مضبوط ہوگا اتنا اس کی تاثیر بڑھ جائے گی اور جتنا یقین کمزور ہوگا، پڑھتے ہوئے بھی کچھ نہیں ہوگا۔

بیٹا باپ کا جنازہ پڑھائے

محدثین نے ایک بات لکھی ہے کہ باپ کا جنازہ بیٹا خود پڑھائے! کیوں؟ جو بیٹا، باپ کے لیے مغفرت مانگے گا وہ کوئی اور نہیں مانگ سکتا۔ وہ جب کہے گا **(اللھم اغفرلی حینا و میتنا)** بس جب میت کہے گا تو اس کا دل ٹوٹ جائے گا۔ الٰہی یہ میت ہے۔ تو معاف کر دے، معاف کر دے یہ میرا باپ ہے۔ بس تو معاف کر دے۔ اس لیے کہا اگر بیٹا ہے تو بیٹا باپ کا جنازہ پڑھائے۔ مطلوب کیفیات ہیں، اب جس کا باپ مرا ہوگا وہ کیفیت تو اسی کے اندر آتی ہے۔ مولانا صاحب کے پاس پاس تو الفاظ ہیں مگر بیٹے کے پاس الفاظ بھی ہیں اور کیفیات بھی ہیں۔ اب میں دوبارہ اس اللہ والے کی بات کہ دعا کا تعلق الفاظ سے نہیں کیفیات سے ہے دہراتا ہوں۔ مظلوم کے پاس کوئی لفظ نہیں ہوتا، عاجز کے پاس کوئی لفظ نہیں ہوتا۔ پھر جب وہ مظلوم بن جاتا ہے، پھر اللہ اس کی سنتا ہے پھر جو دعویٰ کرتا ہے، اللہ پورا کرتا ہے اور مظلوم چاہے کافر ہی کیوں نہ، ہو اللہ اس کی مدد کرتا ہے۔ اپنی دعاؤں میں کیفیات کو لے آئیں۔ یہ رات کی تنہائیاں کیوں بتائی جاتی ہیں؟ ہر طرف سناٹا، کوئی دیکھ نہیں رہا۔ سب سونے والے سو رہے ہیں اور یہ اس وقت بیٹھا اللہ سے راز و نیاز کر رہا۔ اس وقت مواقع ہیں کہ کیفیات بن جائیں۔ جسے چانسز کہتے ہیں۔ اس وقت چانسز ہوتے ہیں کہ کیفیات بن جائیں۔ کیوں کہتے ہیں کہ مریض سے جا کر دعا کراؤ۔ مریض تو بے چارہ پریشانی میں ہے۔ میں کل ایک مریض کی عیادت کرنے گیا۔ مریض (ICU) میں تھا۔ میں جب گیا تو ایک ایک بندہ کو اندر جانے دے رہے تھے اس کی کیفیت دیکھ کر میں نے اللہ سے دعا کی۔ آپ کہیں گے کہ میری دعاؤں سے تو بندے مر جاتے ہیں۔ میں نے کہا یا اللہ اس کے لیے تیرے ہاں جو خیر ہو وہ کر دے، صبح وہ بندہ مر گیا۔ محسوس کیا کہ اس کی روح اٹکی ہوئی ہے۔ میں ایک دفعہ مسجد میں نماز پڑھنے کے لیے جا رہا تھا۔ ہمارے پڑوس میں اسلم نامی شخص رہتا تھا۔ وہ ریڑھی لگاتا تھا۔ میں نے اسے مسجد میں بہت کم دیکھا۔ اس کے آخری وقت میں اس کی روح اٹکی ہوئی تھی۔ مسجد میں کچھ اللہ والے بیٹھے تھے میں نے ان سے جا کر کہا کہ اس کے لیے دعا کریں۔ اے اللہ اس کے حق میں جو خیر ہو وہ کر دے اور تھوڑی دیر ہی گزری تھی کہ کسی نے کہا وہ فوت ہو گیا۔ اس کے لیے خیر ہی موت تھی۔ میرے محترم دوستو! میں آپکو دل کی گہرائیوں سے عرض کر رہا ہوں کہ اپنی دعاؤں کی کیفیات بنائیں اور یہ غیب پر یقین کے بغیر ممکن نہیں بنیں گی۔ میں نے عرض کیا ناں **''یومنون بالغیب''** یہ غیب کے نظام کے بغیر نہیں بنیں گی کہ کوئی ہے میری فریادوں کو سننے والا، میرے دردوں کو دور کرنے والا، میرے دکھوں کو بانٹنے والا، میرے زخموں پر مرہم لگانے والا۔ کوئی ہے کوئی ہے جو کافر کی بھی سنتا ہے۔ ایک شخص کہتے ہیں میں ایک بزرگ کے پاس گیا اور میں ان کو دعا مانگتے دیکھا۔ کہنے لگے اللہ کی قسم میں نے محسوس کیا کہ ایسے ہے جیسے کسی سانپ نے ڈسا ہو یا ایسے ہے جیسے کسی مرغ کو آدھا ذبح کر کے اُس کو چھوڑ دیا گیا ہے تصور کریں وہ کیسے تڑپے گا اور اس کی جان کنی کی کیفیت کیسی ہوگی۔ بس اس طرح کی کیفیت مطلوب ہے۔

مہمان کی قدر کریں

ایک بات بتاؤں، یہ کیفیات بعض اوقات ہر بندے کو کبھی کبھی مل بھی جاتی ہیں۔ بعض پر ہر وقت غالب رہتی ہیں۔ اللہ کی نعمت ہے جس کو عطا کر دے۔ لیکن ہر عام بندے کو بھی یہ کبھی کبھی مل جاتی ہیں۔ کبھی آپ محسوس کریں، دل چاہ رہا ہے کہ دعا کروں، دل چاہ رہا ہے کہ اللہ کے سامنے فریاد کروں، اور دعا چھوڑنے کو دل نہیں چاہ رہا، ذکر چھوڑنے کو دل نہیں چاہ رہا، ایسا دل لگا ہوا ہے، ایسا دل مطمئن ہے اور ایسی اندر کی کیفیت ہے کہ بس مانگتا جا رہا ہوں اور میرا کریم رب مجھے دیتا جا رہا ہے۔ تو یہ کیفیات اگر آپ کو بھی میسر ہوں ان کیفیتوں کو مؤثر بنائیے گا۔ جو میسر ہوا سی کو مؤثر بنائیں۔ یہ موقع ہے اور (بقول ایک اللہ والے کے) یہ کیفیات مہمان ہیں، خیال اور قدر کرو گے تو پھر آئیں گی۔ ضروری نہیں کہ رات کی تنہائیوں میں، دن کے کسی وقت، ایسے بیٹھے بٹھائے، دفتر میں، گاڑی میں، دوکان میں، جو بھی کسی کا شعبہ ہے، اس میں بیٹھے بٹھائے بعض اوقات یہ کیفیت آتی ہے اور ملتی ہے۔ یہ کیفیت دل کے اندر اللہ جل شانہ کی محبت کو بڑھا جاتی ہے۔ اللہ جل شانہ کے قرب کو بڑھا جاتی ہے۔ اس کیفیت کا استعمال کیا کریں۔ اس کی قدر کیا کریں۔ وہ بڑا کریم ہے۔ دینے والا ہے۔ (جاری ہے)

کسی انسان کے دل میں ایمان اور حسد اکٹھے نہیں رہ سکتے (حضرت محمد ﷺ)

بچے کو پیار سے سمجھائیے

حکیم محمود ملتانی

بیٹا تم اپنی خوبصورت آنکھوں پر پلکوں کی جھالریں گرائے سو رہے ہو۔ آنسو تمہارے رخساروں پر خشک ہو چکے ہیں۔ تمہارا ننھا سا ہاتھ رخسار تلے دبا ہوا ہے اور خوبصورت بالوں کے گھنگھرو ماتھے پر چپک گئے ہیں

ایسے مواقع تقریباً تمام مردوں کی زندگی میں اکثر و بیشتر آتے ہیں جب وہ اپنے کام سے تھکے ہارے اور اگلے دن کے بقیہ کام کا بوجھ سر پر لئے جب گھر میں داخل ہوتے ہیں تو وہ بات بات پر اپنا غصہ اور جھنجلاہٹ اپنے معصوم بچوں پر بلاوجہ تشدد یا انتہائی ناراضگی کی صورت میں اتارنا شروع کر دیتے ہیں۔ بعد میں جب وہ ذرا پرسکون ہوتے ہیں تو انہیں اپنے عمل پر نہ صرف شرمندگی ہوتی ہے بلکہ ان پر پچھتاوے کا حملہ ہو جاتا ہے۔ جس کا مداوا کرنا انکے بس سے باہر ہوتا ہے۔ کچھ ایسا ہی ہمارے دوست کے ساتھ بھی ہوا۔ جب اس نے اپنے معصوم اور بے گناہ بیٹے کو اس وقت ڈانٹ دیا جب وہ ابو آئے، ابو آئے کا شور مچا کر اپنے ابو سے پیار لینے کے لیے بھاگ پڑا تھا۔ لیکن ابو نے نہ صرف اسے ڈانٹ پلائی بلکہ پٹائی بھی کر ڈالی اور بچہ روتے روتے سو گیا۔ آنسو اس کے گالوں پر خشک ہو چکے تھے۔ والد جب پچھتاوے کا شکار ہو کر بچے کے قریب گیا تو بچے کے رخسار پر خشک آنسو دیکھ کر بے حال ہو گیا۔ وہ اپنے آپ سے ہم کلام ہو کر کہہ رہا تھا۔ سنو بیٹا تم اپنی خوبصورت آنکھوں پر پلکوں کی جھالریں گرائے سو رہے ہو۔ آنسو تمہارے رخساروں پر خشک ہو چکے ہیں۔ تمہارا ننھا سا ہاتھ رخسار تلے دبا ہوا ہے اور خوبصورت بالوں کے گھنگھرو ماتھے پر چپک گئے ہیں۔ چند لمحوں پہلے میں اپنے کمرے میں بیٹھا مطالعہ کر رہا تھا کہ نہ جانے کیوں مجھے ندامت سی محسوس ہونے لگی اور میں مجرموں کی طرح سر جھکائے تمہارے سرہانے آ پہنچا۔ تم سوچ رہے ہو گے کہ میں نے تم سے کبھی بھی اچھا سلوک نہیں کیا۔ صبح جب تم سکول جانے کے لیے تیار ہو رہے تھے تو منہ ہاتھ دھونے کی بجائے صرف اپنا چہرہ تولیے سے پونچھ لینے پر میں تم سے ناراض ہوا اور اپنے جوتے صاف نہ کرنے پر سزا دی تھی۔ ناشتہ کرتے ہوئے میں نے تمہیں پھر ٹوکا۔ تم میز پر کہنیاں ٹکائے جلدی جلدی کھانا نگل رہے تھے۔ جب میں کام پر جانے کے لیے نکلا تو تم نے دروازے سے جھانک کر اپنا چھوٹا سا ہاتھ ہوا میں لہرایا اور پیار سے مجھے اللہ حافظ کہا۔ لیکن میرے ماتھے کے بل جوں کے توں رہے۔

شام کو جب میں واپس آیا تو تم زمین پر گھٹنوں کے بل جھکے، کھیل رہے تھے اور تمہاری جرابوں کے سوراخ صاف دکھائی دے رہے تھے۔ دوستوں کے سامنے میں نے تمہیں برا بھلا کہا اور تمہیں کھیلنے سے منع کر دیا۔ جرابیں مہنگی تھیں، انہیں تم اگر اپنی جیب سے خریدتے تو شاید زیادہ محتاط رہتے اور پھر تمہیں یاد ہے جب میں اپنے کمرے میں بیٹھا اخبار پڑھ رہا تھا تو تم ڈرتے ڈرتے اندر آئے تھے۔ تمہاری آنکھیں افسردہ تھیں۔ جب میں نے بے صبری سے سر اٹھا کر سوالیہ نظروں سے تمہاری طرف دیکھا تو تم دروازے پر ایک لمحے کے لیے رکے اور پھر تیزی سے دوڑتے ہوئے میری طرف آئے اور میری گردن میں بانہیں ڈال کر تم نے مجھے چوم لیا۔ تمہارے ننھے ننھے بازوؤں کی گرفت میں ایک انوکھا پیار تھا۔ جسے اللہ پاک نے تمہارے دل میں پیدا کیا اور میری بے توجہی بھی اس کا کچھ نہ بگاڑ سکی...... تم جا چکے تھے......... واپسی پر تمہارے قدموں کی چاپ رات کے سناٹے میں صاف سنائی دے رہی تھی اور پھر مجھے ندامت ہونے لگی۔ میری کتنی بری عادت ہے کہ میں تمہیں ہر وقت کسی نہ کسی بات پر ڈانٹتا رہتا ہوں۔ اپنے سے کم عمر ہونے کا کیا میں نے تمہیں یہی صلہ دیا ہے؟ اسکی وجہ یہ نہیں کہ میں تمہیں پیار نہیں کرتا۔ دراصل میں تمہیں اپنے دور اور زمانے کے پیمانے سے تول رہا تھا۔ تمہاری شخصیت کے تو کتنے ہی خوبصورت پہلو ہیں۔ تمہارا ننھا سا دل تو کسی وسیع سلسلہ کوہ پر غروب ہونے والے سورج کی طرح عظیم ہے۔ آج رات اور کوئی چیز اتنی اہم نہیں جتنا تمہارا پیار سے میری گردن میں بانہیں ڈال کر مجھے چوم لینا...... میں اندھیرے میں تمہارے سرہانے شرم سے سر جھکائے بیٹھا ہوں۔ تم یہ سب ابھی نہیں سمجھ سکو گے مگر کل سے میں تمہارے لیے ایک مثالی باپ ہوں گا۔ میں تمہارا دوست بنوں گا اور اپنے دل میں دہراتا رہوں گا کہ

یہ تو ابھی بچہ ہے، معصوم ہے۔

تم گھبرائے ہوئے سے، سمٹے سمٹائے اپنے بستر پر لیٹے ہو۔ ابھی کل ہی تو تم اپنی ماں کی گود میں تھے۔ اور تمہارا سر اس کے کاندھے سے لگا ہوا تھا۔ لیکن میری توقعات تمہاری استعداد و استطاعت سے بھی بہت زیادہ تھیں۔ آج پھر میں اپنا وعدہ بھول گیا اور تمہیں بلاوجہ نہ صرف ڈانٹ دیا بلکہ ایک چپت بھی رسید کر دی۔ مجھے معاف کر دو میرے بچے آئندہ ایسا نہ ہو گا''

یہ تحریر توجہ طلب ہے۔ عام زندگی میں ہمارا بچوں کے ساتھ رویہ کم و بیش اسی قسم کا انداز لئے ہوئے ہوتا ہے۔ جن جن باتوں سے اپنے بچے کو روکا ٹوکا وہ اپنی جگہ درست تھا۔ اگر کوئی غلطی تھی تو صرف یہ کہ روکنے ٹوکنے کا انداز اور رویہ درست نہ تھا۔ اپنے بچوں کی رہنمائی کریں۔ یہ آپ کا بلکہ ہم سب والدین کا فرض ہے۔ اس کے بغیر ہم اپنے بچوں کی بہتر تربیت کا تصور نہیں کر سکتے۔ لیکن بچے غلطیوں کے مرتکب ضرور ہوں گے۔ ان غلطیوں کی نشاندہی اس انداز سے کریں کہ آپ کا بچہ آپ سے خوف زدہ ہونے کی بجائے آپ کو اپنا ہمدرد سمجھے، تاکہ وہ زندگی میں آنے والی نئی نئی اور طرح طرح کی مشکلات پر قابو پانے کے لیے آپ سے رہنمائی حاصل کر سکے۔

آپ کا بچہ ابھی بہت چھوٹا ہے۔ اگر آپ کا رویہ نہ بدلا اور تربیت کا انداز نہ بدلا تو کل جب یہی بچہ جو آج آپ کی گردن میں بانہیں ڈال کر اور آپ کو چوم کر اپنے پیار کا اظہار کر رہا ہے۔ کل اس کے دل میں آپ کے خلاف نفرت کے جذبات اُسے آپ سے دور ایک ایسے ماحول میں لے جائیں گے جہاں سے اس کی واپسی ناممکن نہیں تو مشکل ضرور ہو جائے گی اور آپ سر پیٹ کر رہ جائیں گے۔ بچوں کی لگام اپنے ہاتھ میں رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ اپنے اندر بچوں سے شفقت کے جذبات کو ابھاریں۔ انہیں پروان چڑھائیں اور بچوں پر نچھاور کریں اور ایسا ماحول پیدا کریں کہ بچہ آپ پر اعتماد کرے۔ آپ پر فخر کرے اور آپ کی بتائی ہوئی راہوں پر بلاخوف و خطر چلتا رہے۔ غلط ماحول اور محافل میں بیٹھنے کی بجائے وہ آپ کے زیادہ سے زیادہ قریب رہنا چاہے اور زندگی بھر آپ کی گردن میں بانہیں ڈال کر آپ کو چومتا رہے۔ محترم قارئین! رشتہ داروں، پڑوسیوں اور ملنے جلنے والوں کے بچے بھی آپ کی توجہ اور پیار کے مستحق ہیں۔ ان کو نظر انداز مت کیجئے۔ (شکریہ)

شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

ویران صحت، اجڑا چہرہ اور تندرستی کی کرن

{ جب ڈاکٹر کے منہ سے یہ لفظ نکلا کہ آپریشن کے بعد دوا بہت دیر سے اثر کرتی ہے تو پریشانی اور بڑھ گئی }

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

اس کا چہرہ دمک رہا تھا۔ پیشانی چمک رہی تھی۔ انگ انگ سے خوشی ٹپک رہی تھی اور بار بار مسکرا مسکرا کر وہ ایک بات کہتا تھا، آج بارہ سال ہوگئے ہیں مجھے پھر وہ تکلیف ہرگز نہیں ہوئی۔ ہاں یہ ہے جب میں اس تکلیف کا تصور کرتا ہوں تو میری پیشانی پسینے سے تر ہو جاتی ہے اور اس مرض کا خوف، جلن، دکھن ایسی کیفیت پیدا کرتی ہے کہ میں کانپ جاتا ہوں مگر اگلے ہی لمحے میری پیشانی شکر سے جھک جاتی ہے۔

میری شلوار ہر وقت خون سے تر بتر رہتی تھی۔ سیٹ، موٹر سائیکل اور گاڑی پر سفر کرنا میرے لیے دشوار تھا۔ جب قابض اور بادی چیزیں کھا لیتا، وہ دن میرے لیے نہایت پریشان کن اور مشکل ہوتا۔ کئی لوگوں نے کہا اس بواسیر کا آپریشن کروالو۔ میں نے اس آپریشن سے بچنے کی بہت کوشش کی لیکن نہ بچ سکا۔ میں نے آپریشن سے بچنے کے لیے دوائیں کھائیں، پرہیز کر کر کے تنگ آ گیا مگر مجبوراً مجھے آپریشن کروانا ہی پڑا۔ بہت سخت اور مشکل مرحلہ تھا۔ کچھ عرصہ احتیاط کی۔ ہاں یہ فائدہ ضرور ہوا کہ میں بالکل تندرست ہوگیا۔ ہر چیز کھانے پینے لگا، خون کا بہنا، اجابت کے بعد جلن اور تکلیف، طبیعت کی نڈھالی، دور ہو کر مرض سے افاقہ ہوگیا۔

ایک رات اچانک مجھے پھر اسی تکلیف کا احساس ہوا اور میں ہڑ بڑا کر اٹھ بیٹھا۔ ایک دم اسی سابقہ تکلیف کا بھرپور احساس ہوا۔ درد کو ختم کرنے کی دوا تلاش کرنے لگا جو کہ بہت پہلے میں رکھ کر بھول گیا تھا۔ ایک طرف تکلیف اور دوسری طرف دوا کی تلاش۔ پھر کوشش یہ بھی تھی کہ گھر والوں کو تکلیف سے بچالوں۔ میری وجہ سے ان کی نیند خراب نہ ہو۔ بڑی مشکل سے درد ختم کرنے والی دوائیں ملی۔ استعمال کی لیکن فائدہ نہ ہوا۔ چبھن، ٹیسیں اور درد بڑھتا گیا۔ ایمرجنسی میں ایک ڈاکٹر کے پاس پہنچا۔ بواسیر کے درد نے بے چین کیا ہوا تھا۔ جب ڈاکٹر کے منہ سے یہ لفظ نکلا کہ آپریشن کے بعد دوا بہت دیر سے اثر کرتی ہے تو پریشانی اور بڑھ گئی۔ اب پھر وہی دوائیں، پرہیز اور میری زندگی کی پریشانی۔ یقین جانیے میں زندگی سے عاجز آ گیا۔ وہ بواسیر تھی یا کوئی ناقابل علاج مرض یا ناقابل تسخیر مہم۔ روز رو رو کر اللہ سے دعا کرتا۔

ایک دن کیا ہوا کہ ایک پرانے دوست ملے۔ جو 35 سال سے سعودی عرب میں ملازمت کرتے ہیں۔ میری صحت، طبیعت اور بے قراری کو دیکھ کر سب احوال پوچھے۔ جب میں نے اپنا سارا غم بتایا تو کہنے لگے یہ تو کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ میں سابقہ دواؤں کی طرح ان کی بات پر بے یقین رہا۔ خود گئے اور پنساری کی دکان سے ایک پاؤ میتھرے (جو اچار میں ڈالتے ہیں) اور ایک پاؤ چھوٹی الائچی دونوں کو اکٹھا باریک پسوالیا، ڈبے میں محفوظ کر کے میرے پاس لے آئے اور کہا لو پرانی دوستی کے ناطے ایک تحفہ دیتا ہوں۔ استعمال کرو اور انشاء اللہ شفا یابی پاؤ۔ میں نے بے یقینی سے ایک چمچ صبح اور ایک شام استعمال کرنا شروع کر دیا۔ چند خوراکوں سے مجھے محسوس ہوا کہ واقعی میں تندرست ہو رہا ہوں اور صرف دو ہفتے میں نے یہ دوا استعمال کی اور ایسے محسوس ہوا جیسے میں آج تک مریض تھا ہی نہیں۔ میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ میں اس دن بہت خوش تھا۔ ایک بکرا ذبح کیا۔ خوب بہترین پلاؤ پکایا۔ خود بھی کھایا اور اپنے احباب کو کھلایا۔ آج اس لیے میرا چہرہ دمک رہا ہے اور میں خوش ہوں۔

پھر میں نے یہ نسخہ اپنے جیسے اوروں کو دینا شروع کر دیا۔ جس کو بھی دیتا وہی اللہ تعالیٰ کے فضل سے تندرست ہو جاتا ہے، بواسیر جڑ سے اکھڑ جاتی ہے۔ یقین جانیے بواسیر بادی یا خونی، موکے ہوں یا خشک ان سب کے لیے لوگوں نے تصدیق کرنا شروع کر دی۔ جو بھی لیتا دعائیں دیتا۔ پھر لوگوں نے مجھ سے نسخہ پوچھنا شروع کر دیا۔ میں نے کہا میں بنا کر تو دے سکتا ہوں، نسخہ نہیں دے سکتا۔ اب تو عالم یہ ہوا کہ لوگ دور دور سے آنے لگے اور بواسیر کے علاوہ لوگوں نے اس کے اور فائدے بتانے بھی شروع کر دیے، جو میرے علم میں بھی نہیں تھے۔ مثلاً ایک صاحب کہنے لگے اس دوائی سے اب تک 23 ہیپا ٹائٹس کے مریض تندرست ہوئے۔ جو انجکشن کا کورس کرنے کے بعد لاکھوں روپیہ لگانے کے بعد بھی لاعلاج تھے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

زندگیوں پر صحبت کے اثرات

(ع۔ر۔۔۔لاہور)

جو شخص آٹھ قسم کے لوگوں کے پاس بیٹھتا ہے، اللہ تعالیٰ اس میں آٹھ چیزوں کا اضافہ فرماتے ہیں۔

(1) جو دولت مندوں کے پاس بیٹھتا ہے اس میں دنیا کی محبت اور حرص بڑھا دیتے ہیں۔ (2) جو فقراء کے پاس بیٹھتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس میں شکر اور اپنی تقسیم پر رضا مندی کا اضافہ فرماتے ہیں۔ (3) جو سلطان کے پاس بیٹھتا ہے۔ اس میں تکبر اور سنگ دلی بڑھتی ہے۔ (4) جو عورتوں کے پاس بیٹھتا ہے، اس میں جہالت، شہوت اور عورتوں کی عقل کی طرف میلان ہوتا ہے۔ (5) جو نابالغ لڑکوں کے پاس بیٹھتا ہے، اس میں غفلت اور مزاح بڑھتا ہے۔ (6) جو فاسق لوگوں کے پاس بیٹھتا ہے، اس میں گناہوں پر دلیری اور جرأت، توبہ میں سستی زیادہ ہوتی ہے۔ (7) جو صلحاء کے پاس بیٹھتا ہے اللہ تعالیٰ اس میں اطاعت کی رغبت اور حرام سے پرہیز بڑھاتے ہیں۔ (8) جو علماء کے پاس بیٹھتا ہے۔ اللہ اس میں تقویٰ اور علم بڑھا دیتے ہیں۔

انتظار کرو

حضرت ابو ہریرہؓ روایت ہے کہ رسالتِ مآب ﷺ نے فرمایا: (1) جب خدائی مال کو اپنی ملکیت سمجھا جانے لگے گا۔ (2) امانت کو مالِ غنیمت اور زکوۃ کو ٹیکس سمجھا جانے لگے گا۔ (3) علم دنیا کمانے کے لیے حاصل کیا جائے گا۔ (4) مرد بیوی کے فرماں بردار اور ماں کے نافرمان ہو جائیں گے۔ (5) باپ کو غیر اور دوست کو اپنا سمجھیں گے۔ (6) مسجدوں میں شور ہونے لگے گا۔ (7) سرداری اور قوم کی نمائندگی بدمعاشوں کو ملے گی۔ (8) قوم کا لیڈر سب سے بڑا کمینہ ہوگا۔ (9) آدمی کی عزت اس کے شر کے ڈر سے کی جائے گی۔ (10) گانے والیوں اور باجے کا رواج عام ہو جائے گا۔ (11) شراب پی جانے لگے گی۔ (12) ناخلف لوگ سلف صالحین کو برا بھلا کہنے لگیں گے۔

تو انتظار کرو ایسے وقت میں

☆ سرخ آندھیوں کا ☆ زلزلوں کا ☆ زمین میں دھنسائے جانے کا ☆ چہرے بگاڑے جانے کا ☆ آسمان سے پتھر برسنے کا ☆ اور مسلسل آنے والے عذابوں کا گویا ایک تسبیح (لڑی) ہے جس کا دھاگہ ٹوٹ گیا ہے اور دانے جلدی جلدی گر رہے ہیں.

(مشکوۃ شریف، ترمذی شریف)

لڑکوں، لڑکیوں اور والدین کے لیے

نئی نسل کے سلگتے اور اُلجھتے مسائل

قارئین زیر نظر تحقیق مثبت ذہن کے ساتھ شائع کی جا رہی ہے۔ لڑکے، لڑکیاں اور والدین بھی ضرور پڑھیں کیونکہ یہ تحریر وقت، معاشرہ اور اخلاق کی اشد ضرورت ہے

طب ونفسیات پر مضامین کی اشاعت: جب سے ہم نے ''ماہنامہ عبقری'' میں روحانیت، طب ونفسیات کے بارے میں لکھنا شروع کیا ہے، ہمیں نوجوانوں کے خطوط مل رہے ہیں۔ ہر کسی کے اندازِ تحریر میں فرق پایا جاتا ہے لیکن الجھن سب کی ایک ہے اور ہر کوئی اپنے آپ کو ایسے مرض کا مریض بنائے بیٹھا ہے جو اس کی نگاہ میں پراسرار اور لاعلاج ہے۔ یہ بات خاص طور پر ذہن میں رکھیں کہ ہمیں جن نوجوانوں کے خطوط مل رہے رہیں، ان کی عمر پندرہ سے بائیس سال کے درمیان ہے۔ بڑی عمر کے لوگوں کے بھی خطوط آتے ہیں۔ ان میں اکثر وبیشتر کئی کئی بچوں کے باپ ہیں۔ وہ بھی انہی الجھنوں میں مبتلا ہیں، جن میں نوجوان گرفتار ہیں۔ یہ بھی پیشِ نظر رکھیں کہ نوجوانوں میں صرف لڑکے نہیں، لڑکیاں بھی شامل ہیں، یعنی ان مضامین سے لڑکیاں بھی استفادہ حاصل کرسکتی ہیں۔

ذہن بالغ ہونے سے گریز کرتا ہے: نفسیاتی الجھنیں، جن کا منبع بچپن ہوتا ہے، اس عمر میں تلخ حقائق یا معمے سے بن کر سامنے آتی ہیں۔ جب لڑکپن نوجوانی میں مدغم ہو رہا ہوتا ہے، عمر کا یہ حصہ سب سے زیادہ نازک اور خطرناک ہوتا ہے۔ چودہ پندرہ سال کی عمر کو پہنچ کر بچہ اپنے جسم میں تبدیلیاں محسوس کرنے لگتا ہے۔ یہ تبدیلیاں سولہ سال کی عمر میں نمایاں ہو جاتی ہیں۔ لڑکوں میں جسمانی تبدیلیاں اتنی زیادہ نہیں ہوتیں جتنی لڑکیوں کی۔ قدرت بچے کو بلوغت کے دور میں داخل کر رہی ہوتی ہے۔ قدرت کے اس انقلاب کو ظہور پذیر ہونا ہی ہوتا ہے۔ جسمانی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ احساسات اور جذبات میں بھی ہلچل بپا ہو جاتی ہے۔ سوچوں کا انداز اور زاویہ بدل جاتا ہے۔

جسم تو بالغ ہو جاتا ہے، ذہن بالغ ہونے سے گریز کرتا ہے۔ لہٰذا ذہن جسم کا ساتھ چھوڑ دیتا ہے۔ جسم اور ذہن کی اس لاتعلقی کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ بچہ ان جسمانی تبدیلیوں کو ایک معمہ سمجھ کر والدین سے ان کے متعلق پوچھنا چاہتا ہے لیکن شرم وحجاب کی وجہ سے اور والدین اور بچوں کے درمیان بے تکلفی کے فقدان کی وجہ سے پوچھ نہیں سکتا ہے۔

بچیوں میں بلوغت پر انقلابی تبدیلیاں: لڑکیوں کی بلوغت تو ایسی انقلابی ہوتی ہے کہ اکثر بچیاں گھبرا جاتی ہیں مگر انہیں بتانے والا کوئی نہیں ہوتا کہ قدرت کا ایک کرشمہ رونما ہو رہا ہے اور خدائے ذوالجلال اسے مکمل انسان بنا رہا ہے۔ عمر کا یہ حصہ جو لڑکپن اور جوانی کا سنگم ہوتا ہے، دوراہا بن جاتا ہے جہاں آکر بچہ زندگی کے حقائق کو سامنے کھڑا دیکھتا ہے۔ ہمارے ہاں کا کوئی بھی بچہ ان حقائق سے نبرد آزما یا انہیں قبول کرنے کے لیے تیار نہیں ہوتا کیونکہ بچوں کو تیار کیا ہی نہیں جاتا۔ پاکستان کے اوسط درجہ گھرانوں میں بچوں سے توقع رکھی جاتی ہے کہ وہ جلدی جلدی بڑے ہوں اور کہیں کوئی کام دھندا ڈھونڈ کر چار پیسے کما لائیں۔ انہیں ذہنی طور پر جوانی کے لیے قبل از وقت تیار نہیں کیا جاتا مگر انہیں یہ احساس ضرور دلا دیا جاتا ہے کہ اب تم بچے نہیں ہو۔

بچہ آسانی سے بچپن کی محفوظ اور بے فکر زندگی سے دستبردار نہیں ہوا کرتا۔ چنانچہ جب وہ ذہنی طور پر تیار ہوئے بغیر اس مقام پر پہنچتا ہے جہاں اسے کہا جاتا ہے کہ اب تم بچے نہیں ہو تو وہ ایسے دوراہے پر سراپا سوال بن کر کھڑا ہو جاتا ہے جہاں سے ایک راستہ فرار کا بھی نکلتا ہے۔ بیشتر بچے اسی راہ پر چل نکلتے ہیں اور وہ تصوروں میں بچے بن جاتے ہیں۔ بعض نونہالوں پر خاموشی طاری ہو جاتی ہے اور بعض منہ زور ہو جاتے ہیں۔ الجھن دونوں کی ایک ہی ہوتی ہے، ردعمل میں فرق ہوتا ہے۔ یہ ان اثرات کا نتیجہ ہوتا ہے جنہیں بچہ بچپن سے ذہنِ لاشعور میں جمع کرتا چلا آتا ہے۔ اس کی ذمہ داری والدین اور اساتذہ پر عائد ہوتی ہے۔

انسان فطرتاً مہم جو: کہا جاتا ہے کہ انسانی فطرت تن آسانی، جنسی ہیجان اور فرار کی طرف زیادہ مائل ہوتی ہے۔ بعض نام نہاد مفکروں اور فلسفیوں نے اسے ایک اٹل حقیقت بنا رکھا ہے۔ ہمیں اس سے اتفاق نہیں۔ یہ حقیقت نہیں بلکہ مفروضہ ہے۔ اصل حقیقت یہ ہے کہ انسان فطری طور پر مہم جو اور خطرات پسند ہوتا ہے اگر انسان فطرتاً جنسی ہیجان اور تساہل کو پسند کرتا تو آج کرۂ ارض پر صرف درندے آباد ہوتے، بنی نوع انسان کا نام ونشان نہ ہوتا۔ آپ کے لیے یہ مشاہدہ نیا نہیں کہ بچہ جب اپنے پاؤں پر چلنے لگتا ہے تو وہ چین سے نہیں بیٹھتا اونچی جگہ چڑھنے اور اپنے جسم سے بھی زیادہ وزنی چیزیں اٹھانے کی کوشش کرتا ہے اور وہ کسی خطرے کو خاطر میں نہیں لاتا۔ اس کے اندر فرار اور تساہل جیسے رجحانات، گھر کا ماحول پیدا کرتا ہے۔ چنانچہ جب بھی اسے ایسے خطرے اور کسی ایسی حقیقت کا سامنا ہوتا ہے جس کے متعلق اسے قبل از وقت آگاہ نہیں کیا جاتا، وہ راہِ فرار اختیار کر لیتا ہے اور تصوروں کی دنیا میں پناہ لیتا ہے۔

ہم جن نونہالوں کا تجزیہ اور علاج پیش کر رہے ہیں، وہ حقائق سے بھاگے ہوئے ہیں۔ وہ تصوروں میں اپنی دنیا آباد کیے ہوئے ہیں یا واپس بچپن میں چلے گئے ہیں۔ اپنے آپ کو فریب دینے کی کوشش نہ کریں کہ ایسا بچہ شاید کوئی کوئی ہوگا۔ ہمارے ہاں نوے فی صد سے زیادہ بچے زندگی کی حقیقی راہوں سے بھٹکے ہوئے ہیں۔ انہیں گمراہ کرنیوالے خود ان کے اپنے والدین اور ان کے سکولوں کے اساتذہ ہیں اور معاشرتی احوال وکوائف کا بھی نمایاں عمل دخل ہے۔

انسانی زندگی میں کامل رہبر کی ضرورت: والدین اور اساتذہ کو ان کی ذمہ داریوں سے آگاہ کرنے اور خطرات سے خبردار کرنے سے پہلے ہم اس الجھن کی وضاحت پیش کرنا چاہتے ہیں جس نے ساری ہی نئی پود کو گمراہ اور پریشان کر رکھا ہے۔ وہ سہتے ہیں، کہتے نہیں۔ انہیں کوئی رہبر نہیں ملتا، کوئی خضرِ راہ ان کا ہاتھ تھام کر انہیں اس راہ پر نہیں ڈالتا جو قدرت نے انسان کے لیے متعین کی ہے۔ ہمیں نونہالوں (لڑکوں اور لڑکیوں) کے خطوط ملتے رہتے ہیں جن میں وہ اپنی الجھن کو وضاحت سے بیان کرتے ہیں۔ گذرے ہوئے چودہ برسوں میں ہمیں کم وبیش پانچ لاکھ ایسے خطوط مل چکے ہیں اور یہ سلسلہ اسی رفتار سے جاری ہے۔ وہ اپنی اس الجھن کو الجھن نہیں، مرض لکھتے ہیں۔ ان کی نگاہ میں یہ مرض لاعلاج اور پرسرار ہے۔ ہرایک کے مرض کی علامات یہ ہیں: (1) جسم بے جان ہو جاتا ہے (2) دل پر گھبراہٹ اور خوف طاری رہتا ہے (3) دماغ ماؤف ہو جاتا ہے (4) دنیا اور زندگی سے نفرت ہو جاتی ہے (5) موت سر پر کھڑی محسوس ہوتی ہے (6) مر جانے کو جی چاہتا ہے۔ (7) موت سے ڈر آتا ہے۔ (8) پڑھنے کا شوق ہے مگر پڑھنے کو جی نہیں چاہتا۔ سوچنے اور فیصلہ کرنے کی قوت ختم ہو جاتی ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

☆ عرصہ دراز سے ایک مسئلہ ہے جس کے لیے پریشانی ہوتی ہے کہ جب بھی بچہ پیدا ہوتا ہے۔ دودھ بالکل نہیں ہوتا، بچہ بھوک سے نڈھال ہوکر روتا ہے۔ لاکھ کوشش کے باوجود دودھ چھاتیوں میں نہیں ہوتا قارئین سے درخواست ہے کہ کوئی آزمودہ تجربہ روحانی یا جسمانی بتائیں۔ (رفعت ناز۔ کوٹ مومن)

☆ ایک دفعہ ڈاکٹری دوائی کھائی اور وہ الٹی پڑ گئی۔ بس وہ دن ہے اور آج کا دن سینے میں جلن، تیزابیت ہے۔ کھانا چاہے جتنا بھی پرہیزی کھالوں، ہر حال میں تیزابیت ضرور ہوتی ہے۔ زندگی سے تنگ اور عاجز ہوگیا ہوں۔ آخر تھک ہار کر ماہنامہ عبقری کے قارئین کی طرف رجوع کر رہا ہوں۔ (اعجاز احمد۔ مورو سندھ)

☆ یہ اس دور کی بات ہے جب میں خلیج کے ایک ملک العین میں ملازمت کے سلسلے میں تھا۔ میرے پاؤں پر کام کے دوران چوٹ لگی پہلے تو محسوس نہ کیا لیکن کچھ عرصے کے بعد سوجن ہوگئی اب وہ سوجن کسی بھی دوا سے ختم نہیں ہوتی۔ (محبوب الرحمٰن۔۔ مالاکنڈ)

☆ میرے تمام بچے آپس میں لڑتے ہیں۔ دن رات جنگ رہتی ہے۔ بعض اوقات بچے ایک دوسرے کو زخمی کر دیتے ہیں۔ ابھی پچھلے دنوں گھر میں مہمان آئے تو بچوں نے ان کی بھی بے عزتی کردی۔ بہت پریشان ہوں کوئی وظیفہ یا عمل بتائیں۔ (صبیحہ عرفان۔۔ اوکاڑہ)

☆ میرے پاس ایم۔ اے کی ڈگری ہے۔ ساتھ کمپیوٹر کورسز بھی بہت کیے ہوئے ہیں، بہت جگہ نوکری کی کوشش کی لیکن ناکام۔ کاروبار کیا لیکن بالکل زیرو۔ تھک ہار کر خودکشی کا سوچتا ہوں لیکن آخرت کیسے برباد کرسکتا ہوں (عبدالرحمٰن۔ ملیر کراچی)

ماہ نومبر 2007 کے بقیہ جوابات

دائمی قبض اور خشکی کا حل (حکیم رشید احمد۔ قصور)

جواب نمبر 1: مغز بادام 50 گرام، سنا مکی مصفیٰ 50 گرام، سونف 25 گرام، ملٹھی مقشر 25 گرام، چینی 100 گرام، الگ الگ کوٹ کر چھان کر سب کو ملا دیں۔ ایک چمچ اندازاً 10 گرام رات سوتے وقت تازہ یا نیم گرم پانی (بقیہ صفحہ نمبر 8 پر)

تہجد کے وقت جاگنا، مایوسی کے مرض کا علاج

دین اسلام میں جسم اور روح کی غذا کا ساتھ ساتھ انتظام کیا گیا ہے۔ صبح کے وقت ناشتہ کر کے جسم کو غذا دیتے ہیں اور فجر کی نماز پڑھ کر روح کو قوت بخشتے ہیں

افادات نوری

ذیل میں قابل صد احترام ڈاکٹر نور احمد نور صاحب پروفیسر آف میڈیسن نشتر میڈیکل کالج ملتان، کی نماز پر تحقیق پیش ہے۔

نماز تہجد کا فائدہ

مایوسی یعنی ڈیپریشن (Depression) کے امراض کا علاج مغربی ڈاکٹروں نے ایک اور دریافت کیا ہے۔ یہ بات مجھے خیبر میڈیکل کالج کے ماہر نفسیات نے بتائی۔ مغربی ممالک کے ڈاکٹروں نے دیکھا کہ جو مسلمان تہجد کے وقت جاگتے ہیں انہیں مایوسی کا مرض نہیں ہوتا۔ چنانچہ انہوں نے سوچا کہ تہجد کے وقت جاگنا، مایوسی کے مرض کا علاج ہے۔ علم نفسیات (Pcshycology) کے ماہرین نے مایوسی کے مریضوں پر یہ تجربہ کیا۔ انہوں نے مایوسی کے مریضوں کو تہجد کے وقت جگانا شروع کیا۔ یہ مریض جاگ کر کچھ پڑھ لیتے تھے اور پھر سو جاتے تھے۔ یہ معمول جب کئی مہینے تک مسلسل جاری رکھا گیا تو مایوسی کے مریضوں کو بہت فائدہ ہوا اور وہ دواؤں کے بغیر ٹھیک ہوگئے۔ چنانچہ اس مغربی ڈاکٹر نے یہ نتیجہ اخذ کیا کہ آدھی رات کے بعد جاگنا مایوسی کے مریضوں کا علاج ہے۔

پانچ وقت نماز پڑھنے کی وجہ

تقریباً ہر مذہب کے پیروکار مانتے ہیں کہ انسان جسم اور روح کا مرکب ہے۔ جسم کی غذا زمین سے نکلنے والی خوراک ہے اور روح کی غذا نماز ہے۔ دین اسلام میں جسم اور روح کی غذا کا ساتھ ساتھ انتظام کیا گیا ہے۔ صبح کے وقت ناشتہ کر کے جسم کو غذا دیتے ہیں اور فجر کی نماز پڑھ کر روح کو قوت بخشتے ہیں۔ دوپہر کا کھانا کھا کر جسم کو قوت ملتی ہے اور ظہر کی نماز پڑھ کر روح کی غذا کا سامان بن جاتا ہے۔ عصر کی نماز ڈھلتے دن کے بعد مزید روح کیلئے تقویت کا باعث بنتی ہے۔ چونکہ شام کے وقت کئی لوگ کھانا زیادہ کھا لیتے ہیں اس لئے عشاء کی نماز کی رکعتیں زیادہ ہوتی ہیں۔

امراض قلب سے بچاؤ

دل کے ماہر ڈاکٹر صاحبان نے کئی سالوں کی محنت کے بعد ایک ورزش دریافت کی ہے جس سے دل کے امراض کم ہو جاتے ہیں اور یہ ورزش نماز سے ملتی جلتی ہے۔ جب ہم قیام کرتے ہیں تو جسم کے نچلے حصے کو خون زیادہ ملتا ہے اور جب ہم رکوع میں جاتے ہیں تو درمیانی حصے کو فائدہ ہوتا ہے اور جب ہم سجدے میں جاتے ہیں تو جسم کے اوپر والے حصے کو زیادہ خون ملتا ہے۔ لہٰذا نماز کے دوران جسم کے ہر حصے کو موزوں مقدار میں خون میسر ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے کئی بیماریاں مثلاً دل کے امراض کم ہو جاتے ہیں۔ مشاہدے کی بات ہے کہ عابد لوگ اکثر نحیف ہوتے ہیں لیکن اس کے باوجود ان کے دل قوی ہوتے ہیں اور وہ دل کے امراض میں کم مبتلا ہوتے ہیں۔

یرقان سے چھٹکارا (محمد یونس قادری۔۔۔ ٹنڈو آدم)

جوکھار، ریوند چینی، زیرہ سفید ہم وزن کا سفوف بنا کر نصف چمچ تین وقت بکری کے دودھ کی لسی سے کھلائیں۔ اکسیر جگر ہے بطور ہدیہ قبول فرمائیں۔

فوائد:۔

جس نسخے کے متعلق استفسار فرمایا ہے وہ جگر کے ہر مرض کے لیے اکسیر ہے خواہ یرقان A ہو یا B ہو یا C ہو اس کے علاوہ معدہ کی اصلاح کرتا ہے۔ سینے کی جلن، پاؤں کی جلن، چکر کے آنے میں بھی مفید ہے۔

سیلان الرحم کے لیے مجرب:۔

5 کلو کے کھوے کا پیٹ چاک کر کے ایک کلو ابرک کالا اس میں بھر دیں۔ 5 من اوپلوں کی آگ دیں۔ ابرک کشتہ ہو گا۔ اکسیر ہے ایک لکھ مکھن سے صبح نہار دیں۔ 7 لکھ ساری زندگی کے لیے کافی ہیں۔ 7 پشتوں میں سیلان الرحم نہ ہوگا۔ جریان، احتلام، سیلان الرحم کے لیے اکسیر ہے۔

جنات سے سچی ملاقاتوں کے حیرت انگیز واقعات

لوگ اور خاص کر عورتیں، بہت حیران ہو کر پوچھتیں کہ بڑی اماں کیا بات ہے آخر اتنا سوت آپ کہاں سے لاتی ہیں؟

قارئین! آپ کا بھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے

پراسرار واقعہ (نازش طارق رحمانی۔۔۔ لاہور)

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم!

اللہ تعالیٰ کی رحمت آپ پر ہو۔ میں جو مسئلہ لکھنے لگی ہوں مجھے نہیں معلوم کہ اس کو کس سلسلے کے اندر لکھوں کہ نہ تو جادو جنات سے ملاقات کا شائبہ ہے اور نہ جادو ٹونے کا۔ اس لیے جہاں مناسب سمجھیں، شامل کرلیں اور اس کو رسالے میں شائع کریں۔ عرض ہے کہ ایک دن میں اپنے بھائی کے ساتھ کمرے میں بیٹھی تھی۔ میں اچانک کچھ الماری سے لینے کے لیے اٹھی اور پھر جب مڑی تو مجھے لگا کہ میرے ارد گرد ڈھیر سارے مچھر وغیرہ ہیں۔ جن کو بے خیالی میں ہاتھ وغیرہ مارنے پر بھی کوئی فرق نہ پڑا۔ جب میں نے غور کیا تو دیکھا کہ سنہری رنگ کے پانی کے قطرے نما آرہے ہیں۔ وہ عین درمیان میں جا کر غائب ہو جاتے ہیں۔ ایسے لگتا تھا جیسے بارش ہو رہی ہو اور کافی بھلے لگ رہے تھے۔ ان کی Density بھی پانی کی طرح لگتی تھی۔ وہ نہ تو سراب تھے کہ پلک جھپکنے سے غائب ہو جاتے یا جگہ بدلتے۔ نہ ہی کوئی نظر کا مسئلہ تھا۔ میں ایک ایک قطرے کو اپنی آنکھوں سے دیکھ رہی تھی کہ یہ کہاں سے آیا ہے اور درمیان میں ختم ہو جاتا ہے۔ میں کافی دیر دیکھتی رہی (اتنی دیر تک کہ ذہن بھی قبول کرے) پھر آہستہ آہستہ وہ ختم ہونا شروع ہو گئے اور دیکھتے ہی دیکھتے دو، پھر ایک رہ گیا، پھر ختم ہو گئے جیسے بارش ہو۔

اس کے بعد میں نے اپنے بھائی کو دیکھا تو وہ مجھے پریشان ہو کر دیکھ رہا تھا کہ اچانک میں کیوں چپ ہو کر Still ہو گئی ہوں اور کیا دیکھ رہی ہوں (یعنی یہ صرف مجھے نظر آئے تھے) اسکے بعد تو ایسا کبھی نہیں ہوا۔

جنات سے سچی ملاقات (معرفت ملک نوید اعوان)

کافی عرصہ پرانی بات ہے میری بھابھی کی دادی اماں جو کہ دائی والا کام کرتی تھیں۔ بہت ملنسار اور ہنس مکھ عورت تھی۔ دن کے وقت گھر کے کام اور (چرخہ) یعنی سوت کاتتی اور رات کو نفل نماز پڑھتی، کافی عبادت گزار تھی۔ کھرے اور ایمان والے لوگ تھے۔ ایک دن کیا ہوا کہ وہ رات کو نماز وغیرہ پڑھ کر سونے لگی تو دروازے پر دستک ہوئی اور ایک سفید کپڑوں والا شخص اندر آیا انہوں نے حال پوچھا۔ جب بیٹھنے کو کہا تو وہ پریشان ہو کر بولے کہ اماں جی مہربانی فرمائیں ذرا میرے گھر چلیں میری گھر والی کو تکلیف ہے آپ جلدی جلدی میرے ساتھ چلیں۔ سادے لوگ تھے، بغیر کسی حیل و حجت کے وہ ساتھ چلی گئیں۔ چلتے چلتے جب وہ لوگ کافی دور جنگل میں پہنچے تو انکی عورت جو درد زہ میں مبتلا تھی، بڑی اماں نے انکا علاج وغیرہ کیا۔ اللہ کے کرم سے پہلا بچہ پیدا ہوا، پھر دوسرا، پھر تیسرا۔ لیکن وہ بوڑھی اماں حیران تو تب ہوئیں جب وہ شخص بچوں کو اٹھا کر راکھ میں (بھوڑتا) یعنی الٹ پلٹ کر کے، پاس ہی آگ تھا اس میں پھینکتا جاتا۔ یہ منظر دیکھ کر دادی اماں پہچان گئی کہ یہ انسان نہیں، جن ذات کے لوگ ہیں اور میں بڑی غلطی کر بیٹھی جو رات گئے اس کے ساتھ آگئی۔ اب وہ جن بھی پہچان گیا کہ بڑی اماں پریشان ہو گئیں۔ کافی حوصلے دینے لگا کہ ڈرو نہیں آپ نے ہم پر بڑا احسان کیا ہے جو ہم عمر بھر نہیں اتار سکتے۔ مانگو جو مانگنا ہے۔ لیکن بڑی اماں کی ایک ہی بات تھی کہ آپ کی مہربانی، آپ مجھے گھر پہنچا ئیں۔ اب جن نے کہا کہ آنکھیں بند کرو۔ انہوں نے آنکھیں بند کیں جب آنکھ کھولی تو اپنے کمرے کے اندر تھی۔ اس جن نے جب دیکھا کہ اماں جی سوت سے دلچسپی رکھتی ہیں تو خود ہی ایک کھی ان کو دی کہ یہ پاس رکھ لو اور اس کا ذکر کسی سے نہ کرنا۔ انشاء اللہ تمہارا کام بن جائے گا وہ جب تک زندہ رہیں، ان کے کمرے سے سوت ختم نہ ہوتا تھا۔ لوگ اور خاص کر عورتیں بہت حیران ہو کر پوچھتیں کہ بڑی اماں کیا بات ہے آخر اتنا سوت آپ کہاں سے لاتی ہیں تو آخر کار ایک دن انہوں نے یہ کہانی انہیں سنا کر مطمئن کر دیا۔ یہ بالکل سچا واقعہ اور حقیقت ہے۔ پہلے والے لوگ سچے اور پرخلوص ایماندار تھے اور دوسروں کی خدمت کرنا اپنا فرض سمجھتے تھے۔

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

(بقیہ: قارئین کے سوال، قارئین کے جواب)

کے ساتھ کھائیں۔ موسم سرما میں نیم گرم پانی ضروری ہے، گرمیوں میں تازہ سادہ پانی یعنی برف والا نہ ہو۔ مقدار کو کم یا زیادہ ضرورت کے مطابق کر سکتے ہیں۔ چھوٹے بچے جو دو تین سال کے ہوں، قبض کو دور کرنے کے لیے ضرورت کے مطابق پانی یا دودھ میں حل کر کے دیں۔ 30 تا 60 یوم متواتر کھائیں۔ بے ضرر اور معدے و جسمانی قوتوں کے لیے بہت مفید ہے۔

جواب نمبر2: حرارت خون: کریموں کا لگانا بے کار ہے کیونکہ تکلیف و مرض کا تعلق خون اور معدے سے ہے۔ دوا کا کھانا بہت ضروری ہے۔ منڈی بوٹی 15 دانے، سر بھونکا 100 گرام، عناب ایرانی 10 دانے، ایک گلاس میں نیم گرم پانی 250 ملی لیٹر میں رات کو بھگو دیں۔ صبح کو ہلکا سا جوش دے کر اتار کر ٹھنڈا کر کے چھان کر اور گڑ بقدرے ضرورت ملا کر پی لیں۔ ناشتہ ایک گھنٹہ بعد کریں۔ دو تین ہفتے پینے سے انشاء اللہ تعالیٰ سکون ہو جائے گا۔

چہرے پر خالص دودھ کی مالش کریں یا بیسن ایک چمچ، دانا گندم ایک چمچ دودھ سے گوندھ کر پتلا لیپ رخساروں پر کریں۔ دو گھنٹے بعد پانی سے دھولیں، صابن نہ لگائیں بلکہ تھوڑا سا بیسن پانی میں گھول کر منہ پر مل کر دھولیں۔ چہرہ شیشے کی طرح صاف ہو جائے گا۔

کثرت چائے، انڈے، روسٹ، گوشت مرغ وغیرہ سے پرہیز کریں۔

جواب نمبر3: استغفار کلمہ شریف اور درود شریف کی ایک ایک تسبیح نماز فجر اور نماز مغرب کے بعد پڑھ کر اور کریم سے دعا کریں۔ دیگر **انا للّٰہ و انا الیہ راجعون** بھی ایک تسبیح پڑھ لیا کریں۔ اللہ کریم اپنے کلام پاک کے طفیل کرم فرمائیں گے۔

جواب نمبر4: سونف بریاں 100 گرام، دھنیا خشک بریاں 25 گرام، الائچی دانہ کلاں بریاں 25 گرام، خشخاش 50 گرام اور ملٹھی مقشر الگ الگ کوٹ کر سفوف بنالیں۔

مصری کوزہ یا چینی پیس کر ہم وزن ملا دیں۔ دو چمچے بڑے اندازہ 10 گرام صبح ناشتہ کے بعد، دوپہر و رات کھانے کے بعد پانی کے بغیر یا پانی کے ساتھ کھائیں۔ بچوں کو عمر کے مطابق کھلائیں۔ پانی کھانے سے قبل تھوڑا سا پی لیں، بعد میں نہ پئیں۔ ٹھنڈے پانی، ہر قسم کے مشروبات، بوتل، کوک وغیرہ سے پرہیز کریں۔ ایک کلو دودھ میں ابالتے وقت 10 گرام ادرک ٹکڑے کر کے ڈال دیں۔ ادرک کو چبا کر کھالیں اور دودھ نیم گرم پی لیں۔ اللہ کریم صحت و تندرستی عطا فرمائیں گے۔ ایک بات نوٹ کریں کہ کوئی بھی چیز کھانے سے قبل بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھ لیا کریں۔ کھانے کے بعد الحمد للہ پڑھ لیں۔ انشاء اللہ شفا ہو جائیگی۔

کراچی اور راولپنڈی میں ادویات

حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور راولپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کے لیے موبائل نمبرز:

(۱) کراچی کے لیے رابطہ: 0300-3218560

(۲) راولپنڈی کے لیے رابطہ: 0333-5648351

051-5539815

خدا تعالیٰ سے تو وہی بندے ڈرتے ہیں جو اللہ تعالیٰ کے آثار قدرت کا علم رکھتے ہیں

ورزش سے اپنے حسن میں نکھار پیدا کریں

جلد میں جھری اور کھال کا لٹک جانا عضلات کے ڈھیلے اور سست ہو جانے کا نتیجہ ہوتا ہے اگر آپ شروع سے ورزش کرتی رہیں ہوتیں تو ایسا نہیں ہوتا

(تحریر: شفیق خان۔ بہاولپور)

ورزش سے بدن کے انداز کو درست کیجئے

ایک عورت چلنے میں جسم کو جس طرح حرکت دیتی ہے اس سے اس کے متعلق بہت کچھ ترجمانی ہوتی ہے۔ چلنے کی نرم لچک دار خوبصورت وضع جسم کے آرام سے ہونے اور اس کے افعال کی صحت کی دلیل ہے۔ چلنے سے اس کو راحت ملتی ہے۔ وہ چلتے ہوئے اچھی لگتی ہے اور بے تکان قدم دھرتی چلی جاتی ہے۔ اس کا دماغ اپنے جسم کی فکر سے آزاد ہوتا ہے اور پورے اطمینان سے اپنی توجہ دوسرے امور پر مرکوز کر سکتی ہے۔ دکھتے ہوئے جسم کی چال اور بدن کی بے ڈھب ''ڈھال'' تندرستی کی نفی کرتی ہے۔

آپ کس طرح چلتی پھرتی ہیں؟ جب آپ کرسی سے اُٹھتی ہیں تو کیا آپ کے گھٹنے چرچراتے ہیں؟ کیا آپ سے پھرتی اور چستی کے ساتھ اٹھا بیٹھا نہیں جاتا یا آپ لڑکھڑاتی ہوئی اور بوڑھوں کی طرح سنبھلتی ہوئی چلتی ہیں۔ گھٹنوں کے جوڑ کے چرچرانے کے اگرچہ بہت سے اسباب ہو سکتے ہیں، لیکن ورزش سے اس میں بہت کچھ فرق پڑ سکتا ہے۔ تو پھر آپ کیوں نہ اپنے غریب جسم کو ایسی تکلیف سے بچائیں اور کیوں نہ اپنے دل و دماغ کو ہر وقت کی اذیت سے محفوظ رکھیں۔ ایسی لچک پیدا کر لینا کوئی مشکل نہیں ہے کہ آپ آسانی سے اُٹھ بیٹھ سکیں اور جھک سکیں اور چلتے وقت راحت اور خوشی محسوس کریں۔ اس کی کلید عمود شوکی (ریڑھ کے مہروں کے ستون) میں ہے۔ ریڑھ کے ستون کی سختی اور لچک پر ہی آپ کے بدن کی حرکات کی آسانی اور دشواری کا انحصار ہے۔ اگر آپ نے اس طرف سے غفلت برتی تو آپ کو بعد میں بہت زیادہ دکھ اور تاسف ہوگا۔

ریڑھ کی لچک کو بڑھانے کے لیے ایک ورزش آسان ترین اور نہایت ہی فائدہ مند ہے۔ اس کو روزانہ صبح صرف ایک منٹ میں کیا جا سکتا ہے۔ اس ورزش سے آپ کا سارا بقیہ دن آرام سے گزرے گا: برہنہ پا ایسی زمین پر کھڑے ہو جائیے جس پر کچھ بچھا ہوا نہ ہو۔ اپنے قدموں کو ایک دوسرے سے ڈیڑھ فٹ جدا رکھیے، بازوؤں کو شانوں کی سیدھ میں دونوں طرف پھیلا دیجیے۔ بہت آہستہ آہستہ اپنے بازوؤں، سر اور شانوں کو بائیں طرف کمر کے بل اس قدر گردش دیجیے جس قدر بہ آسانی دے سکیں۔ قدموں کو اپنی جگہ قائم رہنے دیجیے اور بغیر رکے ہوئے بازوؤں کو پھر اپنی جگہ پر واپس لے آئیے، پھر یہی عمل دائیں طرف سے کیجیے۔ بایاں بازو آپ کی پشت کے وسط تک پہنچ جائے گا۔ اس ورزش کو روزانہ صبح اور رات کو بتدریج بیس مرتبہ تک بڑھایئے۔ یہ ورزش کمر کو لچک دار بنانے کے علاوہ اس کی محوری گردش کو بڑھاتی اور کمر پتلا کرتی ہے۔

ریڑھ کے ستون کو بل دینا

ریڑھ کو بل دینا جسم کے کنٹرول کو پھر سے حاصل کرنے کے لیے اعلیٰ درجے کا ایک اور طریقہ ہے۔ پہلی مرتبہ جب آپ اس کو شروع کریں گی تو آپ کو احساس ہوگا کہ آپ نے جسم کے کنٹرول کو کتنا کھو دیا ہے۔ لیکن ہر مشق کے بعد آپ کے لیے یہ ورزش آسان تر ہوتی چلی جائے گی۔ لیکن پابندی شرط ہے اس کو کسی دن ناغہ نہ کیجیے ''جسم رانی''، یعنی جسم کو کھینچنے کے اس عمل سے پورا فائدہ حاصل کرنے کے لیے بلاناغہ متواتر توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ فرش پر بیٹھ جائیے اور دونوں ٹانگوں کو سامنے کی طرف پھیلا دیجیے۔ دائیں پاؤں کو اوپر اٹھا کر بائیں ران کے گھٹنے کے اوپر سے گزارتے ہوئے باہر لے جا کر فرش سے ٹکا دیجیے، اور بائیں ہاتھ کو دائیں پیر کے گھٹنے سے اوپر لا کر دائیں پیر کے ٹخنے کو پکڑ لیجیے۔ سرین کو فرش پر بچھا ہوا رکھیے۔

دائیں ہاتھ سے جسم کو سہارا دینے کے لیے اس کو پیچھے کی طرف ٹکا دیجیے اور بالائی جسم کو بل دے کر سیدھی طرف لائیے جیسے آپ پیچھے کی طرف دیکھ رہی ہوں۔ ریڑھ کو سیدھا اور تنا ہوا رکھیے اور اتنی دیر تک اس وضع (پوزیشن) پر ٹھہری رہیے کہ دس تک کی گنتی گن سکیں۔ پھر سر اور شانوں کو آہستہ آہستہ حرکت دیتے ہوئے سامنے اور درمیان میں لا کر اصلی پوزیشن پر لوٹ آئیے۔ اپنے بائیں بازو کو ڈھیلا کر کے پہلی پوزیشن یعنی داہنی ٹانگ پر رکھ لیجیے جو حسب سابق اب سامنے کی طرف پھیلی ہوئی ہے۔ تھوڑی دیر ستایئے اور اسی ورزش کو دوسری ٹانگ پر دوہرایئے۔

ادھیڑ عمر میں گوشت کو ڈھیلا نہ ہونے دیجیے

کمر کی حالت چہرے کی طرح عمر کو افشا کرتی ہے۔ جب ریڑھ کا تناؤ اور کھنچاؤ کم یا زائل ہو جاتا ہے تو جسمانی حرکات سست ہو جاتی ہیں اور بدن میں چستی اور پھرتی نہیں رہتی، جوڑوں میں سختی آ جاتی ہے، مونڈھے جھک جاتے ہیں اور کمر پھیل جاتی ہے۔ شانوں کے گرد فالتو گوشت اور چربی کی تہیں چڑھنے لگتی ہیں، اور بدن میں پہلے کی سی لچک باقی نہیں رہتی۔ سارے بدن کا حلیہ بگڑ جاتا ہے اور وہ دکھنے لگتا ہے اور پورے جسم پر فالتو چربی اور گوشت کا اثر پڑتا ہے۔

جلد میں جھری اور کھال کا لٹک جانا عضلات کے ڈھیلے اور سست ہو جانے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اگر آپ شروع سے ورزش کر رہیں ہوتیں تو ایسا نہیں ہوتا، لیکن ادھیڑ عمر میں آپ کو اس کا احساس ہو جائے تو آپ اس کا تدارک کر سکتی ہیں یا کم از کم مزید خرابی کو روک سکتی ہیں۔ یاد رکھیے کہ آپ کے جسم کا خاص سہارا کمر اور پشت کے مہرے ہیں۔ علاوہ بریں سیدھے کھڑے ہونے کے لیے پسلیوں کے پنجرے کو بھی سیدھا استادہ ہونا چاہیے۔ اس پنجرے کے لٹک جانے سے پشت پر کھنچاؤ ہوتا ہے اور شانے جھک جاتے ہیں اور ایسی ہیئت شکم کو باہر کی طرف ابھار دیتی ہے، اور بدنما تو ند جسم کے بہت سے کاموں میں حارج ہوتی ہے۔ اس کے باہر نکل آنے سے سانس جلد پھولتا ہے۔ پسلیوں کے پنجرے کو سیدھا رکھنے سے راست قامتی پیدا ہوتی ہے۔ لہٰذا جب بھی دھیان آ جائے اس پنجرے کو کھینچ کر سیدھا کر لیا کیجیے۔

ظلم کی انتہا اور عورت کا صبر

حسین آنچلوں کے درمیان پردے میں لپٹی وہ مجھے زہر لگتی اور گھر آکر میں خوب گالم گلوچ سے اسکی تواضع کیا کرتا اور اب اس کی ہمت جواب دینے لگی تھی اور یہ بھی میری کامیابی تھی

تحریر: شاہدہ فیاض

کی میرے قتل کے بعد اس نے جفا سے توبہ
ہائے اس زود پشیماں کا پشیماں ہونا

آج کتاب زندگی کے اوراق پڑھتا ہوں تو لگتا ہے کہ عمر رفتہ کو میں سراب کی طرح گزار آیا۔ آج احساس ہوتا ہے کہ زندگی تو حسین چمن کی مانند تھی اور اس چمن کو میں نے خود ہی آگ لگادی۔ آج سے عرصہ پہلے میری شادی ایک حسین اور پڑھی لکھی لڑکی سے ہوئی۔ میں معمولی شکل وصورت کا اور کم پڑھا لکھا تھا۔ مگر ایک زعم تھا اپنی مردانگی پر، ایک تکبر تھا کہ یہ معاشرہ مردوں کا معاشرہ ہے۔ یہاں عورت پاؤں کی جوتی سے زیادہ اہمیت نہیں رکھتی۔ عورت ایک چھوڑ دس مل جائیں گی اور اسی سوچ کے تحت میں نے زندگی کا آغاز کیا۔

دوسرے ہی دن اپنی اصلیت اس کو دکھادی کہ وہ کسی خوش فہمی کا شکار نہ ہو۔ یہاں ناز برداریاں تو دور کی بات، برابر کا سلوک بھی روا نہ رکھا جائے گا۔ وہ اس حالت کو دیکھ کر متحیر رہ گئی۔ وہ ایسی سوسائٹی سے آئی تھی جسے پوش علاقہ کہا جاتا ہے۔ اعلیٰ تعلیم یافتہ۔ اس کے گھر کا ماحول مذہبی تھا اور میں رنگین مزاج جوانی میں تھا۔ وہ پردہ کرتی تو میرے تن من میں آگ لگ جاتی اور میں اس کی ہر ہر بات میں کیڑے نکالتا۔ مگر وہ خاموش آنکھوں میں آنسو بھرے مجھے دیکھتی رہتی اور اسکی بے بسی کو دیکھ کر مجھے بڑا سکون ملتا۔

اس کو ہر فن آتا تھا۔ گھر داری میں طاق تھی۔ بچوں کی پرورش بہترین انداز سے کر رہی تھی مگر مجھے اس میں کیڑے ہی نظر آتے اور میں ہر ممکن کوشش کرتا کہ بچوں کے سامنے اس کی بے عزتی کروں اور میں ہر طرح اس کی صحیح بات کو بھی غلط ثابت کرنے کی کوشش کرتا۔

وہ بچوں کو پڑھاتی کیونکہ میری محدود آمدنی میں گھر کا گزارہ مشکل سے ہوتا تھا۔ میں کرائے کے مکان میں رہتا تھا۔ اس کا کرایہ، آنے جانے والوں کا خرچہ، دکھ درد میں دوائی کا خرچہ مگر اس کی اچھائیوں کو میں نے یکسر فراموش کردیا تھا۔ ہماری شادی کو پندرہ سال ہوچکے تھے۔ میں اسے کبھی گھمانے نہ لے جاتا کہ اس طرح میری سبکی ہوتی۔ حسین آنچلوں کے درمیان پردے میں لپٹی وہ مجھے زہر لگتی اور گھر آکر میں خوب گالم گلوچ سے اسکی تواضع کیا کرتا اور اب اس کی ہمت جواب دینے لگی تھی اور یہ بھی میری کامیابی تھی۔ اب وہ کسی نہ کسی بات کا جواب دینے لگی اور یوں میری رگ شیطانیت کو اور ہوا ملی۔ اب میں اس پر ہاتھ بھی اٹھانے لگا اور مجھے یہ کہنے کا موقع بھی مل گیا کہ خراب عورتوں کی یہ نشانی ہوتی ہے کہ وہ مردوں سے زبان چلائیں۔

گھر کا سکون میں نے غارت کر دیا تھا۔ پڑوسی بھی میری بدزبانی کا دبی زبان میں ذکر کرنے لگے تھے مگر مجھے کسی کی پرواہ نہ تھی۔ میں تو اپنے پندار میں اپنے آپ کو اعلیٰ وارفع سمجھ رہا تھا۔ مجھے کسی کی پراوہ نہیں تھی۔ مگر بچوں کو میں بہت چاہتا تھا۔ لیکن جب اپنی پر آتا تو بچوں کی بھی خوب خبر لے لیتا۔ بچوں کے معاملے میں وہ بہت حساس تھی اور انکو کچھ نہ کہنے دیتی۔ اس کی ہر ممکن کوشش ہوتی کہ میں بچوں کو کچھ نہ کہوں اور یہ ہی اس کی کمزوری اس کے لیے مصیبت بن گئی۔

وہ ایسی بیمار پڑی کہ ڈاکٹروں نے اس کی زندگی ختم ہونے کی نوید سنادی کہ وہ اب کچھ دنوں کی مہمان ہے۔ مگر میں اب بھی اپنی کسی کمزوری کو اس کے سامنے ظاہر نہ ہونے دینا چاہتا تھا۔ اس کو میں نے اس کے باپ کے گھر بھیج دیا تاکہ بچے اس کی حالت دیکھ کر مجھ سے بدظن نہ ہوجائیں۔ وہ پورے ایک ماہ موت کا مقابلہ کرتی رہی مگر میں اس کو دیکھنے تک نہ گیا اور یہ بہانا بنایا کہ بچوں کو اکیلے چھوڑ کر کیسے جاؤں اور نہ بچوں کو جانے دیا۔ مگر ان پر خوب توجہ دی تاکہ بچے خوش رہیں اور ماں کی کمی محسوس نہ کرسکیں۔ مگر نہ جانے کونسی انا تھا جس کو میں قائم رکھنا چاہتا تھا۔

مسلسل بیماری کے بعد وہ صحت یاب تو ہوگئی مگر وہ، وہ نہ تھی جو بیماری سے پہلے تھی۔ اب وہ چڑچڑی ہوگئی تھی۔ اسے میری طرف دیکھنا بھی گوارا نہ تھا۔ بات بات پر بچوں کو ڈانٹتی اور مار بھی دیتی۔ یہ سب دیکھ کر میں آگ بگولہ ہوجاتا اور خوب گالیوں سے اسے نوازتا۔ مارتا، پیٹتا اور ایک دن وہ خاموشی سے میرا گھر چھوڑ کر چلی گئی اور اس بات کو میں نے اپنی انا کا مسئلہ بنالیا۔ بچوں نے بہت چاہا کہ میں اسے لے آؤں مگر میں نے کسی کی نہ مانی۔ ایک دن میں نے سورۂ بقرہ کی یہ آیات پڑھیں۔ ترجمہ ''اور ان کو ستانے اور زیادتی کرنے کے لیے نہ روک رکھو۔ جو ایسا کرے گا وہ اپنے اوپر آپ ظلم کرے گا۔ اللہ کی آیات کا مذاق نہ بنالو'' میری راتوں کی نیندیں اڑ گئیں۔ پچھتاوے میرا تعاقب کرنے لگے اور میں سوچنے پر مجبور ہوگیا۔ مگر میری جھوٹی انا میرے آڑے آتی رہی اور میں یہ سوچنے ضرور لگا کہ وہ گھر بھی آجائے مگر مجھے لینے بھی نہ جانا پڑے۔ لڑکیاں جوان ہو رہی تھیں۔ لڑکے بھی اپنا قد نکال رہے تھے اور مجھے فکر ان لڑکیوں کی تھی۔ اب مجھے احساس ہوتا ہے کہ ماں کے بغیر کچھ نہیں ہوسکتا۔ اسے گئے ہوئے پورا ماہ ہوگیا ہے۔ سنا ہے وہ بیمار ہے مگر میں اپنی فطرت کو کیوں کر بدلوں۔ یہ جو خیال ہے کہ میں مرد ہوں اور عورت پاؤں کی جوتی، اس کو دماغ سے کیوں کر نکالوں۔ مگر یہ آیات بھی مجھے چین نہیں لینے دیتیں، لیکن میں بھی بڑا کائیاں ہوں۔ آخر تو راہ نکال ہی لی میں نے بیٹے کو بھیج کر اسے بلالیا۔ وہ ماں کی ممتا کے ہاتھوں مجبور ہوکر آتو گئی مگر اپنا سب کچھ وہیں چھوڑ آئی۔ آج میرے پاس پچھتاؤں کے علاوہ کچھ بھی نہیں، کیونکہ اب اس نے مجھ سے ہر تعلق توڑ لیا ہے۔ وہ صرف اپنے بچوں کی خاطر اس گھر میں ہے، لیکن ایسا لگتا ہے کہ اس نے ہر چیز سے منہ موڑ لیا ہے۔ اور میں سوچ رہا ہوں کہ میں جو مرد ہوں جھوٹی انا کو لے کر کہاں جاؤں۔ کیونکہ اب میرے پاس کچھ بھی نہیں ہے۔ میں اس گھر میں اجنبی بن گیا ہوں۔ بچے مجھے دیکھ کر ادھر ادھر ہو جاتے ہیں۔ اب بڑھاپا مجھے اسی اذیت کے ساتھ گزارنا ہے۔ جو میں نے کل بویا تھا، آج کاٹنے پر مجبور ہوں۔

بنفشی قہوہ (ہر موسم اور ہر عمر میں یکساں مفید)

صدیوں سے آزمودہ یہ قہوہ پرانی اور لاعلاج کھانسی، الرجی، ریشہ، بلغم، دمہ، ناک بہنا، دماغی دباؤ، بوجھ اور جکڑن کے لیے سالہا سال سے آزمودہ ہے۔ پرانا دمہ، پرانا نزلہ، دائمی زکام اور ریشہ میں، بچوں بڑوں کے لیے نہایت لاجواب ہے۔ بدذائقہ نہیں، بہترین فوائد ہیں۔ جن لوگوں کو بلغم، الرجی اور کھانسی زکام نے عاجز کر دیا ہو وہ اسے مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ مزے کی بات یہ ہے کہ بے خوابی، نیند کی کمی، دماغی خشکی، معدے کی تیزابیت، جلن کے لیے لاجواب چیز ہے۔ مزید دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی اور نگاہ کی کمی کو بھی لازوال فائدہ دیتا ہے۔ اگر شفاء حیرت سیرپ بطور میٹھے کے استعمال کریں تو فوائد میں چار چاند لگ جائیں گے ورنہ بغیر سیرپ کے بھی اکیلا لاجواب فوائد رکھتا ہے۔

ترکیب: ۔ ڈیڑھ کپ پانی میں چھوتھائی چمچ چائے والا ڈال کر اُبالیں۔ جب ایک کپ بچے، چھان کر ہلکا میٹھا ملائیں یا نہ ملائیں چسکی چسکی پئیں دن میں 3 سے 4 بار۔

ڈبی کی قیمت -/100 روپے، علاوہ ڈاک خرچ، تقریباً ایک ماہ کی دوا۔

اسپغول، ہر گھر کی ضرورت

انتخاب: حبیب اللہ۔ حیدرآباد

دماغی کام کرنے والوں کے لیے ضروری ہے کہ رات سوتے وقت پانچ دانے گری بادام چبا کر کھائیں اور بعد میں ایک تولہ اسپغول دودھ میں ملا کر پئیں۔ یہ مقوی دماغ نسخہ ہے

عربی بزرقطونا فارسی اسپغول سندھی اسپگر انگریزی Seed Spogul

اسپغول سے تقریباً ہر شخص واقف ہے۔ بڑی مشہور عام دوا ہے۔ اسپغول ایک بیج ہے جس کا پودا ایک گز کے قریب اونچا ہوتا ہے۔ اس کی ٹہنیاں باریک ہوتی ہیں اور پتے لمبے یعنی جامن کے پتوں سے تقریباً مشابہ ہوتے ہیں۔ اس کا رنگ سرخی مائل سفید اور سیاہ ہوتا ہے۔ یہ بے ذائقہ اور لعاب دار ہوتا ہے اس کا مزاج سرد اور تر ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک تین ماشہ سے ایک تولہ ہوتی ہے۔ اسپغول کے چھلکے کو سبوس اسپغول کہتے ہیں۔

اسپغول کے فوائد:

(1) گرمی اور پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ (2) گرمی کے بخار اور خون کے جوش کو تسکین دے کر طبیعت کو نرم کرتا ہے۔

(3) سینہ، زبان، حلق کے کھر کھرا پن اور صفراوی و دموی بیماریوں کے لیے مفید ہے۔ (4) آنتوں کے زخموں اور مروڑ ہونے کی حالت میں بے حد مفید ہے۔ اس کے لیے اسے شربت صندل میں ایک بڑا چمچہ ڈال کر پلانا مفید ہوتا ہے۔ (5) قبض کشا ہے۔ آنتوں میں پھسلن پیدا کرتا ہے۔ اس کے لیے رات سوتے وقت ایک گلاس دودھ میں ایک تولہ اسپغول کا چھلکا ملا کر تین چار منٹ کے بعد استعمال کرنے سے کھل کر اجابت ہوتی ہے۔ یہ دائمی قبض میں بھی بے حد مفید ہے (6) مردانہ جوہر کو گاڑھا کرتا ہے اور قوت باہ بڑھاتا ہے۔ (7) سر درد کی صورت میں اسپغول سرکہ میں رگڑ کر چنبیلی کا تیل ملا کر پیشانی پر لیپ کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ اگر چنبیلی کے روغن کی بجائے بادام روغن ملا کر پیا جائے تو سر درد کا فائدہ ہوتا ہے۔ (8) جریان میں اسپغول کا چھلکا ہمراہ شربت بزوری یا صندل کے صبح نہار منہ پینا فائدہ مند ہے۔ (9) دماغی طاقت بڑھاتا ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کے لیے ضروری ہے کہ رات سوتے وقت پانچ دانے گری بادام چبا کر کھائیں اور بعد میں ایک تولہ اسپغول دودھ میں ملا کر پئیں۔ یہ مقوی دماغ نسخہ ہے۔ (10) نسیان کے امراض میں اسپغول ایک بڑا چمچ ہمراہ شربت صندل صبح نہار منہ پینا بے حد مفید ہے اور رات کو سوتے وقت پانچ دانہ گری بادام، سونف ایک تولہ اور کوزہ مصری حسب ضرورت ہمراہ دودھ استعمال کریں۔ (11) منہ کے دانوں کی تکلیف میں اسپغول کا استعمال بے حد مفید ہے۔ ایسی صورت میں دہی میں ایک چمچہ بڑا ملا کر صبح نہار منہ کھایا جائے اور ہر کھانے کے بعد دہی کے ایک یا دو چمچ استعمال کریں۔ (12) ورموں کو تحلیل کرنے کے لیے اسپغول کو سرکہ میں رگڑ کر متاثرہ جگہ پر لیپ کرنا بے حد مفید ہے۔ (13) پیچش میں اسپغول ایک تولہ پانی کے ساتھ کھانے سے فائدہ ہوتا ہے (14) سوزاک میں اسپغول کو پانی یا شربت کے ہمراہ چند یوم تک استعمال کرنے سے شفا ہوتی ہے۔ (15) معدے کی بیماریوں، خاص طور پر السرمیں بے حد مفید ہے۔ (16) بالوں کو نرم اور بڑھانے کے لیے عرق گلاب میں رگڑ کر بالوں پر لیپ کرنے اور دو گھنٹے بعد دھونے سے فائدہ ہوتا ہے۔ یہ علاج موسم گرما کے لیے ہے۔ (17) خشک کھانسی اور دمہ کے لیے روزانہ ایک تولہ اسپغول دودھ یا پانی کے ساتھ چالیس روز تک استعمال کریں۔ (18) اسپغول کا جوشاندہ بطور مسکن و ملین مشروب سوزش معدہ اور فم معدہ اور سینے کی جلن میں مفید ہے۔

درود پاک کا معجزہ

اگر میں ایک لاکھ بار درود شریف پڑھوں تو اختتام حضور ﷺ کے روضہ مبارک پر ہو۔ (تحریر: ش۔ الف، راولپنڈی)

درود پاک کی فضیلت سے کون واقف نہیں۔ درود پاک کی برکات اور قبولیت تو ہوتی ہی ہے مگر بعض اوقات ایسے واقعات ہوتے ہیں جن سے یہ پتہ چلتا ہے کہ اس وسیلے سے مانگنے میں دیر ہوتی ہے۔ قبولیت میں لمحہ بھی نہیں لگتا۔

میرا ذاتی تجربہ ہے کہ ایک مرتبہ میں کہیں گئی تو راستے میں کسی کام سے کچھ دیر رکنا پڑا اور کچھ دیر بعد گاڑی میں بیٹھے ہوئے اچانک میرے دل میں ایک خواہش ابھری اور میں نے بغیر سوچے سمجھے منت مان لی کہ یا اللہ میں ابھی درود شریف کی تسبیح پڑھتی ہوں اور کچھ ایسا انتظام کر دے کہ میں لاکھ درود پاک پورا کر لوں اور اختتام نبی ﷺ کے روضہ مبارک ہو۔ یہ دعا مانگنے کے بعد میں نے بڑے اہتمام اور لگن سے درود شریف پڑھنا شروع کر دیا اور تعداد پابندی سے لکھتی گئی۔ چند ماہ کے عرصے میں جب کہ تقریباً ساٹھ یا ستر ہزار پڑھ چکی تھی میرے وہاں جانے کے اسباب بننا شروع ہو گئے۔ ایک عجیب ترتیب سے سب کام ہوئے اور میں اپنے شوہر بچوں اور ساس صاحبہ کے ہمراہ عمرے کی ادائیگی کے لیے روانہ ہو گئی۔ سارے راستے درود شریف کا ورد کرتی رہی کیونکہ میں نے مدینے شریف پہنچنے تک منت پوری کرنی تھی۔ میرے دل کی کیفیت ایسی تھی جس کو میں شاید کوئی نام نہ دے سکوں۔ راستے بھر میرے آنسو رکنے کا نام نہیں لیتے تھے۔ وہاں پہنچ کر بھی جدہ سے مکہ تک کا سارا راستہ روتے ہوئے گزرا۔ خیر پھر ہوٹل کا انتظام کر کے، عمرہ ادا کیا اور پھر مکہ شریف میں قیام کے دوران بھی درود شریف کا ورد رکھا۔ کچھ دن کے بعد مدینہ شریف روانہ ہوئے۔ اب درود شریف کی مانی ہوئی منت اختتام کے قریب تھی۔ آپ یقین کریں اللہ تعالیٰ کی مدد میرے ساتھ تھی۔ پہلے روز میں نے روضہ مبارک پر حاضری دی مگر اس روز کچھ درود شریف باقی رہتا تھا کہ مسجد بند ہونے کا وقت آگیا۔ لیکن دوسرے روز کی حاضری کے وقت میں نے آخری تسبیح روضہ مبارک پر پڑھی اور اللہ کے حضور شکرانہ ادا کیا۔ اللہ تعالیٰ نے دوسری بار بھی میری دعا قبول فرمائی۔ دوسری بار منت ستر ہزار مرتبہ درود ابراہیمی پڑھنے کی تھی۔ پہلی منت پوری ہونے کے پورے دو سال بعد اللہ تعالیٰ نے دوبارہ مجھے حاضری کا موقع دیا۔

کوئی امت ایسی نہیں گزری کہ اس میں کوئی ڈرانے والا نہ گزرا ہو

فقر بعض دفعہ کفر میں ڈھلنے کے قریب لے جاتا ہے

پہلوان وہ نہیں جو دوسروں کو پچھاڑ دینے والا ہو۔ پہلوان تو وہ ہے جو غصہ کے وقت خود پر قابو پاتا ہے یعنی صبر کرتا ہے۔ فتح مکہ کے بعد حضور ﷺ نے اپنے خون کے پیاسوں کو بھی معاف کر دیا

(بنت رشید۔۔۔لاہور)

صبر بندگی کا خوبصورت ترین زیور ہے اور رضا وتسلیم کی ایک روشن علامت ہے۔ مشکلات گھیر لیں اور آدمی اللہ تعالیٰ سے لو لگا کر ان کا حوصلے سے مقابلہ کرلے اور اس کی نصرت کا منتظر رہے تو اس سے بڑھ کر بندگی اور تسلیم کا کیا ثبوت ہو سکتا ہے۔ زندگی میں قدم قدم پر آزمائشوں کا سامنا ہوتا ہے۔ اس لیے صبر وتحمل کے بغیر زندگی نہایت مشکل ہے۔ جو شخص عزم اور حوصلہ سے بہرہ مند نہ ہو وہ زندگی کے امتحان سے فرار ہو جاتا ہے۔ صبر کا پودا استقامت اور استقلال سے بنتا ہے۔ ہر شخص میں عمل اور مقابلہ کا ملکہ موجود ہوتا ہے۔ اس ملکہ کو زندہ رکھنا اور اس کا صحیح استعمال ہی صبر ہے۔ یہ وہ خوبی ہے جس کی ہر حال میں ضرورت ہوتی ہے۔ یعنی دشواری میں بھی اور آسانی میں بھی، تمول میں بھی اور افلاس میں بھی، بے سرو سامانی میں بھی اور شان وشوکت میں بھی۔

صبر وتحمل یہ ہے کہ آدمی پر کوئی مشکل یا آزمائش آئے تو اس کے حواس قائم رہیں اور اعتقاد میں فرق نہ آئے۔ آہستہ آہستہ وقت گزرنے پر سب کو قرار آجاتا ہے۔ لیکن صحیح معنی میں صابر شخص وہ ہے جو بڑے سے بڑے صدمے پر بھی نہ گھبرائے۔ حضور اکرم ﷺ کا ارشاد ہے۔ ''صبر صرف وہ ہے جو پہلے صدمہ کے وقت ہو۔'' کلام الٰہی سے معلوم ہوتا ہے کہ انسان کی تخلیق اس کے لیے آزمائشوں کا پیغام ہے اور اس کی آزمائش دکھوں میں ہے۔ اللہ کا ارشاد ہے۔ ''کیا تم نے گمان کر لیا کہ تم جنت میں داخل ہو جاؤ گے حالانکہ اللہ نے ابھی تک نہیں جانچا تم میں سے اُن کو جنہوں نے جہاد کیا اور انہیں جانچا ثابت قدم رہنے والوں کو۔'' مراد یہ ہے کہ مسلسل امتحان کے بغیر جنت نصیب نہ ہوگی۔ صبر تو امید کا چراغ ہے۔ استقامت کے بغیر تو کوئی مہم پروان نہیں چڑھتی۔ حدیث شریف میں ہے ''صبر روشنی ہے۔'' ارشاد نبوی ﷺ ہے کہ ''فقر بعض دفعہ کفر میں ڈھلنے کے قریب لے جاتا ہے۔'' صبر ایمان کے لیے اس طرح ہے جس طرح بدن میں روح۔ جب صبر گیا تو ایمان بھی رخصت ہو گیا۔

ایک دفعہ ایک صحابیؓ جناب رسالت مآب ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کی کہ اسلام کی کوئی ایسی بات فرمایئے کہ آپ ﷺ کے سوا کسی سے نہ پوچھوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا۔ ترجمہ ''کہہ میں اللہ پر ایمان لایا اور پھر ثابت قدم رہ'' صبر کی تربیت کے لیے اسلام میں کامل اہتمام ہے۔ مثلاً ہر سال رمضان کے روزے فرض ہیں۔ کوئی شخص روزہ رکھ کر توڑ ڈالے تو کفارہ یہ ہے کہ دو ماہ روزے رکھے۔ رمضان کے علاوہ بھی وقتاً فوقتاً نفل روزوں کی ترغیب ہے۔ روزہ سے بھوک اور پیاس اور دنیا کی مرغوبات کے مقابلہ میں صبر کا ملکہ پیدا ہوتا ہے۔ صبر کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ آدمی اپنی بساط کے مطابق ذمہ داریوں کا بوجھ اٹھائے اور ان پر پختگی سے کاربند رہے۔ اس سے وہ درجہ بدرجہ عظیم سے عظیم ذمہ داریوں کو اٹھانے کے قابل ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ صبر کا وہ مقام آجاتا ہے کہ پہاڑ بھی سر پر آپڑے تو پاؤں میں لغزش نہیں آتی۔ حضور اکرم ﷺ نے اسی حقیقت کی طرف اشارہ کرکے فرمایا ہے۔ ''جو صبر کرلے، اللہ اسے صبر کی توفیق دیتا ہے۔'' زندگی کے ادوار بدلتے رہتے ہیں۔ انسان کو لازم ہے کہ تنگی ہو یا فراخی، غلبہ ہو یا ضعف ہر حال میں ثابت قدم رہے۔ دنیا کے جادو میں نہ آنا صرف اصحاب صبر کا کام ہے۔ حضور اکرم ﷺ زندگی کے آخری برسوں میں کل عرب کے فرمانروا تھے اور مزاج کے صبر واستقامت کا یہ عالم تھا کہ آپ ﷺ کی زندگی میں آپ ﷺ کے گھر والوں نے شاید ہی دو یا تین روز مسلسل پیٹ بھر کر گندم کی روٹی کھائی ہو۔ مہینہ مہینہ بھر گھر میں چولھا نہیں جلتا تھا۔ جذبات کے استقلال کے سلسلے میں عفو کا ذکر بھی ضروری ہے۔ دشمن کا صفایا کر لینے کے بعد اس سے عدل کرنا یا اسے معاف کر دینا صبر کا عین تقاضا ہے۔ قرآن حکیم کی تعلیم ہے کہ بدلہ ہی لینا ہے تو صرف برابر کا لو۔ صبر کرو اور بخش دو تو بڑے عزم کی بات ہے۔ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ ''پہلوان وہ نہیں جو دوسروں کو پچھاڑ دینے والا ہو۔ پہلوان تو وہ ہے جو غصہ کے وقت (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ٹماٹر سے تیار شدہ چیزوں کے فائدے

بوسیدگی عظام کو ''خاموش بیماری'' کہتے ہیں کیوں کہ یہ اس وقت تک جب اس کی تشخیص ہو کافی بڑھ چکی ہوتی ہے

(انتخاب: حکیم محمد رفیق۔ سرگودھا)

تحقیق کاروں کا خیال ہے کہ ٹماٹر کا کچپ کھانے سے چھاتی کے سرطان اور ہڈیوں کی بوسیدگی (بوسیدگی عظام) کا امکان کم ہو سکتا ہے۔ اس کی وجہ ٹماٹر میں پایا جانے والا مادہ لائی کوپین ہے جو اسے سرخ رنگت دیتا ہے۔ گزشتہ چند برسوں کے دوران میں تحقیق سے یہ بھی پتا چل چکا ہے کہ وہ اشیاء جو ٹماٹر سے بنائی جاتی ہیں اور جن میں لائی کوپین زیادہ ہوتا ہے وہ مردوں کو غدۂ مثانہ کے سرطان سے محفوظ رہنے میں بھی مدد دیتی ہیں چنانچہ گزشتہ اور موجودہ تحقیقی مطالعوں کی بنیاد پر یہ کہا جا سکتا ہے کہ ٹماٹر میں موجود لائی کوپین مردوں اور عورتوں دونوں کے لیے فائدہ مند ہوتا ہے۔

حال میں تحقیقی مطالعے منظر عام پر آئے ہیں اور جن کا تعلق خواتین کی صحت سے ہے۔ ان میں سے پہلا اسرائیل میں تیار ہوا اور اس میں یہ جائزہ لیا گیا کہ چھاتی کے سرطانی خلیوں پر لائی کوپین اور ٹماٹر ہی میں پائے جانے والے دو اور مقویات PHYTOENE اور HYTOFLUENE کا کیا اثر ہوتا ہے؟ مشاہدے میں یہ بات آئی کہ جب خلیوں کو ان مقویات کی کم مقدار سے واسطہ پڑا تو یہ پہلے کی طرح تیزی سے بڑھتے رہے، لیکن جب ان تینوں مقویات کے آمیزے کی مقدار بڑھا دی گئی تو ان سرطانی خلیوں کی بڑھوتری رک گئی۔ دوسری حالیہ تحقیق کینیڈا میں ہوئی جس سے یہ نتیجہ نکالا گیا کہ ایسی غذا سے بوسیدگی عظام کو روکا جا سکتا ہے جس میں ٹماٹر خوب ہوں۔ بڑھاپے میں یہ بیماری خواتین کی خاصی تعداد کو لاحق ہو جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے ان کے لیے ہڈی ٹوٹنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ دو طرح کے خلیوں پر لائی کوپین کے اثر کا جائزہ لیا گیا۔ ایک خلیے وہ تھے جو ہڈی کا ٹھوس پن (گنجانیت) قائم رکھتے ہیں اور دوسرے وہ جو اس گنجانیت کو کم کرتے ہیں۔ یعنی اچھے اور برے خلیے۔ بوسیدگی عظام میں ظاہر ہے کہ دوسری قسم کے خلیوں یعنی برے خلیوں کا دخل ہوتا ہے۔ پتا یہ چلا کہ لائی کوپین ان برے خلیوں کے فعل پر قابو رکھتی ہے۔ بوسیدگی عظام کو ''خاموش بیماری'' کہتے ہیں کیوں کہ یہ اس وقت تک (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

کیل مہاسوں سے نجات آسان

(آصفہ ذوالکرنین...)

لڑکوں میں یہ مسائل عموماً چودہ سے سترہ سال کی عمر اور لڑکیوں میں سنِ بلوغت میں پوری شدت اختیار کرتے ہیں۔لڑکوں میں اس مرض کا حملہ عموماً زیادہ شدید ہوتا ہے۔کبھی تو ان کا زور بہت زیادہ ہوتا ہے اور کبھی کم

کیل مہاسے بظاہر ایک معمولی سا مرض ہے لیکن مریض کے لیے بہت سے پریشان کن نفسیاتی الجھاؤ کا باعث بنتا ہے۔ نوجوانی کی پہلی سیڑھی چڑھتے ہی اکثر نوجوان خواتین و حضرات کو یہ عارضہ لاحق ہو جاتا ہے۔کیل مہاسے اکثر سولہ سے سترہ سال کی عمر میں شروع ہوتے ہیں۔یہ عموماً دونوں گالوں پر ہوتے ہیں۔صاف شفاف جلد ان کی وجہ سے بھاری لگتی ہے۔مریض بے بسی سے کبھی تو ان کو مختلف صابنوں سے دھونے کی کوشش کرتا ہے یا ان پر مختلف پاؤڈر اور کریمیں آزماتا ہے۔لیکن مرض بڑھتا ہی جاتا ہے۔

کیل مہاسوں کو (ACNE) کہتے ہیں جو یونانی زبان (AKME) کا بگڑا ہوا تلفظ ہے۔اس کے لغوی معنی ہیں نقطے۔یہ مرض دنیا کے ہر خطے میں پایا جاتا ہے۔افریقہ میں کالی جلد والے لوگ اس سے محفوظ رہتے ہیں۔ایشیا، یورپ اور مشرق وسطیٰ کے لوگ اس سے متاثر ہوتے ہیں۔

کیل مہاسے نکلنے کی وجوہات کچھ اس طرح ہیں۔انسانی جسم میں سنِ بلوغت تک پہنچتے وقت بہت سی تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔انسان کے وہ غدود جو بچپن میں زیادہ سرگرم نہیں ہوتے جوانی کے شروع میں زیادہ فعال ہو جاتے ہیں جس کے نتیجے میں ان میں سے بہت سے ہارمونز نکل کر جسم میں اپنا عمل شروع کر دیتے ہیں۔انسان کی کھال کے اندر بالوں کے ساتھ ساتھ چکنائی پیدا کرنے والے غدود ہوتے ہیں جن کو (SEBACIOUS GLANDS) کہا جاتا ہے۔یہ گلینڈز (ANDROGEN) ہارمونز کے زیر اثر فعال ہو جاتے ہیں۔ان غدودوں کا اصل مقصد چہرے کی جلد کو مناسب چکنائی بہم پہنچانا ہوتا ہے۔یہ چکنائی مناسب مقدار میں جلد کو حفاظت مہیا کرتی ہے۔لیکن ہارمونز کے زیر اثر جب غدود زیادہ فعال اور سرگرم ہو جاتے ہیں۔تو یہی چکنائی ضرورت سے زیادہ پیدا ہونے لگتی ہے۔زیادہ چکنائی چہرے کے ان خلیوں (CELLS) سے جو مردہ ہو کر قدرتی طور پر جھڑتے رہتے ہیں مل کر چہرے پر تہہ سی جما دیتی ہے۔اس کے نتیجے مسامات بند ہو جاتے ہیں اور کالے سے نقطے ظاہر ہونے لگتے ہیں۔ان کو زبان عام میں کیل کہا جاتا ہے۔

اکثر یہ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ سیاہی مائل نقطے یا کیل گرد و غبار اور دھول کے جمنے سے بنتے ہیں لیکن ان کی اصل وجہ خلیوں کا آپس میں کیمیائی عمل ہوتا ہے۔ایک اور صورتِ حال میں چکنائی اور خلیوں کی تہہ جلد کے اوپر کے حصے تک نہیں پہنچ پاتی بلکہ اندرونی حصہ تک محدود ہو جاتی ہے۔اس صورت میں کیلوں اور مہاسوں کی بجائے ہلکے ہلکے گلابی دانے نمودار ہو جاتے ہیں۔

کیل مہاسے نہ صرف دیکھنے میں برے لگتے اور مریض کو نفسیاتی الجھن میں مبتلا رکھتے ہیں بلکہ مسلسل تکلیف کا سامنا رہتا ہے۔اس تکلیف کا باعث کیل مہاسوں کی سوزش ہوتی ہے۔جو کیل مہاسوں کی اوپر کی سطح پھٹنے اور رسنے سے ہوتی ہے۔پھر کیل مہاسے زخم کی شکل اختیار کر لیتے ہیں۔

کیل مہاسے اسی فی صد کیسوں میں خود ہی ختم ہو جاتے ہیں بشرطیکہ مریض ان کو چھیڑنے سے اجتناب کرے اور ان کو نفسیاتی مسئلہ نہ بنالے۔لڑکوں میں یہ عموماً چودہ سے سترہ سال کی عمر اور لڑکیوں میں سنِ بلوغت میں پوری شدت اختیار کرتے ہیں۔لڑکوں میں اس مرض کا حملہ عموماً زیادہ شدید ہوتا ہے۔کبھی تو ان کا زور بہت زیادہ ہوتا ہے اور کبھی کم لیکن بیس سال کی عمر تک پہنچتے پہنچتے کیل مہاسے خود بخود ختم ہو جاتے ہیں، اگر زیادہ دیر تک رہیں تو بدنما داغ دھبے چھوڑ جاتے ہیں۔ان سے بچنے کے لیے ان کا علاج شروع میں ہی ہو جانا چاہیے، لیکن علاج کے لیے کسی قابل اور مستند ڈاکٹر کا انتخاب کریں۔چند مریضوں میں کیل مہاسے شدت اختیار کر لیتے ہیں۔اسکی پہلی اور سب سے بڑی وجہ تو ہے نفسیاتی یا جذباتی دباؤ۔پھر مریض یا مریضہ کے دوست اور سہیلیاں اس کو ان بھدے پن کا احساس دلاتے رہتے ہیں اور اسے مجبور کر دیتے ہیں کہ وہ ان کے بارے میں سوچتا ہی رہے۔بعض نوجوان ان کو اپنی شخصیت میں عیب سمجھنے لگتے ہیں اور تنگ آکر مختلف ٹوٹکے آزماتے رہتے ہیں۔آخر کار یہ خراب ہو جاتے ہیں۔انہیں دباتے اور ان میں سے مواد نکالتے رہتے ہیں۔اس سے ان کے داغ دھبے مستقل صورت اختیار کر لیتے ہیں۔بعض لوگوں کی طبیعت میں ویسے بھی جذباتیت زیادہ ہوتی ہے اور وہ امتحانات وغیرہ کے نزدیک زیادہ گھبرا جاتے ہیں اور اس صورت میں بھی مہاسوں اور کیلوں پر برا اثر پڑتا ہے۔اسی طرح حیض کے دوران لڑکیوں میں یہ کیل مہاسے شدت اختیار کر لیتے ہیں کیونکہ ان تمام حالتوں میں ہارمونز زیادہ پیدا ہوتے ہیں۔

اکثر یہ خیال کیا جاتا تھا کہ چاکلیٹ، کریم، مکھن وغیرہ کھانے سے ان دانوں میں اضافہ ہو جاتا ہے۔یہ درست نہیں۔چند مخصوص کیسوں کے سوا مندرجہ بالا خوراکیں زیادہ نقصان دہ نہیں ہوتیں۔یہ بات تو تسلیم شدہ ہے کہ متوازن غذا صحت کے لیے بہترین ہے اس لیے چاکلیٹ، بالائی مکھن، کریم وغیرہ اس مرض میں مضر نہیں لیکن اعتدال ضروری ہے۔چند کیسوں میں چکنائی والی خوراک مضر بھی ہوتی ہے۔اس لیے کسی حد تک پرہیز کرنا بہتر ہی ہے۔غذا سادہ کھائیں۔سبزیاں اور پھل زیادہ کھائیں۔

جیسا کہ پہلے ذکر ہو چکا ہے، چہرے کی چکنائی والے غدود اس مرض میں زیادہ چکنائی پیدا کرنے لگتے ہیں۔اس لیے چکنی جلد کو دن میں دو تین بار کسی اچھے صابن سے دھوئیں اور پھر صاف تولیے سے تھپتھپا کر خشک کر لیں۔رگڑیں ہرگز نہیں زیادہ زور سے رگڑنے سے یہ کیل مہاسے جلد کے اندر دھنس جاتے ہیں اور ان کا علاج مزید مشکل ہو جاتا ہے۔اس کے علاوہ چہرے کے نازک روؤں کا ٹوٹ جانا، زخم کا باعث بن جاتا ہے جو کہ داغ دھبے چھوڑ سکتا ہے۔کیل مہاسوں کی شدت سے تنگ آیا ہوا مریض کوئی نہ کوئی کریم کلینزز (CLEANERS)

(بقیہ صفحہ نمبر 18 پر)

ملحوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے ممنون ہونگے۔اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔

حضرت بابا فرید الدین گنج شکرؒ

رات کو خواب میں اصحاب کہف کو دیکھا۔ میں نے کہا ہم آپ کے اسماء تبرک کے طور پر لکھتے ہیں مگر کوئی تاثیر ظہور میں نہیں آتی، تو انہوں نے فرمایا، ہمارے نام گول دائرہ کی صورت میں لکھ کر قطمیر وسط دائرہ میں لکھا کریں

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

قرآن پاک جہاں روحانی امراض کے لیے نسخہ شفا ہے، وہاں جسمانی امراض کے لیے بھی شفا بخش ہے۔

تمام جسمانی امراض کا علاج: بارش کے پانی پر سورۃ فاتحہ ۷ مرتبہ آیت الکرسی ۷ مرتبہ، سورۃ اخلاص ۷ مرتبہ اور معوذتین ۷ مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ اس پانی کو پینے سے تمام جسمانی امراض دور ہو جائیں گے۔ تمام رگوں، پٹھوں، گوشت اور ہڈی سے بیماریاں نکل جائیں گی۔

قوت حافظہ کا عمل: حضرت عبداللہ بن عباسؓ روایت کرتے ہیں کہ حضور سرور عالم ﷺ نے مجھے قوت حافظہ کے لیے ارشاد فرمایا تھا کہ ایک طشتری میں زعفران سے پوری سورہ فاتحہ اور پوری سورۃ الملک اور آخر آیتیں سورۃ حشر کی اور پوری سورۃ واقعہ لکھ کر آب زم زم، بارش یا دریا کے پانی سے دھو کر اس پانی میں ۳ مثقال لوبان اور ۱۰ مثقال شہد خالص اور ۱۰ مثقال شکر ملا کر صبح صادق کے وقت تھوڑا تھوڑا کر کے پیو اور یہ پانی پی کر ۲ رکعت نماز پڑھو۔ دونوں رکعتوں میں سورۃ اخلاص پچاس مرتبہ پڑھو۔ حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ اگر تم چالیس روز یہ عمل کر لو گے تو قوت حافظہ اس قدر بڑھ جائے گا کہ بیان سے باہر ہے۔

ایضاً: حضرت امام غزالیؒ نے لکھا ہے کہ جو شخص حافظ علوم بننے کا خواہش مند ہو۔ اس کو چاہیے کہ چینی کے برتن پر سورۃ الرحمٰن کی شروع کی آیتیں۔

﴿اَلرَّحْمٰنُ ۝ عَلَّمَ الْقُرْاٰنَ ۝ خَلَقَ الْاِنْسَانَ ۝ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ۝ اَلشَّمْسُ وَالْقَمَرُ بِحُسْبَانٍ ۝ وَّالنَّجْمُ وَالشَّجَرُ يَسْجُدَانِ ۝ (سورۃ الرحمٰن آیت نمبر 1 تا 6) لَا تُحَرِّكْ بِهٖ لِسَانَكَ لِتَعْجَلَ بِهٖ ۝ اِنَّ عَلَيْنَا جَمْعَهٗ وَقُرْاٰنَهٗ ۝ فَاِذَا قَرَاْنٰهُ فَاتَّبِعْ قُرْاٰنَهٗ ۝ ثُمَّ اِنَّ عَلَيْنَا بَيَانَهٗ ۝ (سورۃ القیمۃ آیت نمبر 16 تا 19) بَلْ هُوَ قُرْاٰنٌ مَّجِيْدٌ ۝ فِيْ لَوْحٍ مَّحْفُوْظٍ ۝ (سورۃ بروج آیت نمبر 21 تا 22)﴾، لکھ کر آب زم زم سے دھو کر بچہ کو پلائیں، مجرب ہے۔

ایضاً: حضرت سلمان فارسیؓ سے روایت ہے، کہ حضور سرور کائنات ﷺ نے فرمایا، کہ اپنے داہنے ہاتھ کی ہتھیلی پر ۷ بار آیت الکرسی لکھ کر چاٹ لو۔ جو بات سن لو گے، نہ بھولو گے۔

ضعف بصارت: جناب شیخ الاسلام والمسلمین حضرت بابا فرید الدین گنج شکرؒ نے فرمایا، کہ جو شخص اپنے ہاتھوں کے دونوں انگوٹھوں پر ﴿فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ﴾ (سورۃ ق آیت نمبر 22) اور درود شریف ۷، ۷ بار پڑھ کر اور انگلیوں پر پھو کے اور اپنی آنکھوں پر پھیرے گا، اس کی آنکھوں کی روشنی بڑھے گی، اور آنکھوں کی تمام تکلیفیں جاتی رہیں گی۔

ایک شخص کو مدینہ منورہ میں ضعف بصارت کی اس حد تک شکایت ہوگئی تھی، کہ مطالعہ کتب اور تلاوت کلام پاک کے قابل نہ رہا تھا۔ کوئی دوا قوت بصر کی بھی دستیاب نہ ہوسکتی تھی۔ ان کی روضہ مطہرہ میں ہندوستان کے ایک کامل سے ملاقات ہوئی۔ انہوں نے ان کو جمعہ کی اذان اور خطبہ کے درمیان ﴿یَا بَصِیْرُ﴾ ۱۰۰ مرتبہ پڑھ کر دونوں انگوٹھوں پر تھتھکار کر دونوں آنکھوں پر ملے، اور دعا پڑھے ﴿اَللّٰهُمَّ نَوِّرْ بَصَرِیْ بِحُرْمَةِ اِسْمِکَ الْبَصِیْرِ﴾ اس عمل پر مداومت سے ان کی آنکھوں کی بینائی بحال ہوگئی۔

عسر ولادت کا بیان: (1) حضرت عبداللہ بن عباسؓ سے روایت ہے، کہ حضور ﷺ نے فرمایا، کہ عسر ولادت کے لیے چینی کے ایک پاک برتن پر یہ آیت لکھیں۔

﴿كَاَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَ مَا يُوْعَدُوْنَ لَمْ يَلْبَثُوْٓا اِلَّا سَاعَةً مِّنْ نَّهَارٍ ؕ بَلٰغٌ ۚ فَهَلْ يُهْلَكُ اِلَّا الْقَوْمُ الْفٰسِقُوْنَ ۝ (سورۃ احقاف آیت نمبر 35) كَاَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَهَا لَمْ يَلْبَثُوْٓا اِلَّا عَشِيَّةً اَوْ ضُحٰهَا ۝ (سورۃ النزعت آیت نمبر 42) لَقَدْ كَانَ فِيْ قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِّاُولِی الْاَلْبَابِ ؕ (سورۃ یوسف آیت نمبر 111)﴾ اور اس تحریر کو پانی سے دھو کر عورت کو پلائیں اور ذرا سا پانی پیٹ اور پیڑو پر چھڑکیں۔

(2) مدینہ طیبہ میں ایک عورت کو عسر ولادت کی وجہ سے جان کا خطرہ ہوگیا تو میں نے ایک گلاس پر یہ آیتیں لکھ کر دیں۔ کلام الٰہی کی برکت سے اللہ تعالیٰ نے مشکل حل کر فرمادی۔ وہ یہ آیات تھیں۔ پوری سورۃ فاتحہ، پوری سورۃ اخلاص کے بعد

﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ ۙ (سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 82) لَوْ اَنْزَلْنَا هٰذَا الْقُرْاٰنَ عَلٰى جَبَلٍ لَّرَاَيْتَهٗ خَاشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللّٰهِ ؕ وَتِلْكَ الْاَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُوْنَ ۝ (سورۃ حشر آیت نمبر 21) لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰهِ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى اٰلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِيْ كُلِّ لَمْحَةٍ وَّنَفَسٍ بِعَدَدِ مَعْلُوْمٍ لَّكَ﴾ پڑھ کر اس گلاس میں پانی مریضہ کو پلایا گیا۔ حق تعالیٰ نے فضل فرمایا۔

آگ کو سرد کرنے کا آسان عمل: (1) اگر کسی جگہ آگ لگ گئی، ایک کپڑے پر اسماء اصحاب کہف لکھ کر آگ کے بیچ میں ڈال دیں۔ آگ سرد ہو جائے گی۔ (2) اگر کوئی بچہ بہت روتا ہو، تو یہ اسماء لکھ کر بچے کے سرہانے گہوارہ میں رکھ دیں، رونا موقوف ہو جائے گا۔ (3) باغ اور کھیتی کی حفاظت کے لیے ایک کاغذ پر لکھ کر کسی لمبے بانس میں باندھ کر لٹکا دیں۔ (4) درد سر اور بخار، بادشاہ یا ظالم حاکم کے پاس جانے کے وقت اپنی داہنی ران پر باندھیں (5) عسر ولادت، پانی کے جہاز یا کشتی میں اپنی حفاظت کے لیے اسماء لکھ کر بائیں ران پر باندھیں۔

﴿يَمْلِيْخَا، مَكْسَلْمِيْنَا، مَثْلِيْنِيَا، مَرْنُوْش وَ بَرْنُوْش، شَاذْنُوْش، كَشْفَطَطْيُوْش وَ كَلْبُهُمْ قِطْمِيْرٌ﴾ حضرت ابوسعید مفتی خادم فرماتے ہیں کہ میں نے رات کو خواب میں اصحاب کہف کو دیکھا۔ میں نے عرض کی کہ ہم آپ کے اسماء تبرک کے طور پر لکھتے ہیں مگر کوئی تاثیر ظہور میں نہیں آتی، تو انہوں نے فرمایا، ہمارے نام گول دائرہ کی صورت میں لکھ کر قطمیر وسط دائرہ میں لکھا کریں۔

جلے ہوئے مریضوں کے لیے تحفہ

چند دنوں میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے پاؤں ٹھیک ہوگیا۔ نہ صرف جلد پر جلن اور جلنے کی تکلیف ختم ہوگئی بلکہ پاؤں پر کوئی نشان تک نہیں رہا۔

(تحریر: ادریس محمود..... کینٹ لاہور)

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

محترم واجب الاحترام جناب حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب السلام علیکم!

جناب عالی میں آپ کی خدمت میں رتن جوت کے خواص و فوائد لکھ رہا ہوں جو کہ میرے والد مرحوم نے ہمیں بتائے اور انھیں انکے والد یعنی ہمارے دادا حضور نے بتائے۔

1- آج سے تقریباً 20 سال سے پہلے میرا چھوٹا بھائی جو کہ AC مکینک کا کوئی کورس کر رہا تھا۔ گھر میں کوئی چیز صحن میں رکھ کر جلا رہا تھا۔ جب آگ مدھم ہوئی تو اس پر پٹرول ڈالنے لگا۔ پٹرول ڈالتے ہی آگ بھڑک اٹھی۔ اس کی ٹانگ ٹخنے سے لیکر پینٹ سمیت گھٹنے تک جل گئی اور ٹانگ میں اُنگلی کی پور کے برابر گہرے زخم ہوگئے۔ اتنے گہرے کہ ان میں انگلی کی پور جا سکتی تھی۔ میری والدہ صاحبہ نے گھر میں رتن جوت پیس کر رکھی ہوئی تھی۔ رتن جوت 20 گرام 100 گرام تلوں کے تیل میں حل کر کے لگایا۔ چند ہی دنوں میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم اور اس کی رحمت سے تمام زخم ٹھیک ہوگئے بلکہ جسم پر نشان تک بھی نہ پڑا۔

2- کچھ عرصے کے بعد ہمارے ایک ملنے والے، جو کہ الیکٹریشن کا کام کرتے ہیں۔ بجلی کا کام کرتے ہوئے نہ جانے کس طرح ان کا سینہ اور گردن اور چہرہ بری طرح جل گئے۔ جوان لڑکا تھا غیر شادی شدہ، اسے بھی رتن جوت اور تلوں کے تیل والا نسخہ بتایا۔ تلوں کا تیل اگر میسر نہ ہو تو ناریل کا تیل بھی وہ فوائد دیتا ہے۔ چند دنوں میں اس لڑکے کا جلا ہوا سینہ، چہرہ اور گردن ٹھیک ہوگئے اور رفتہ رفتہ اب نشان بھی ختم ہوگئے ہیں۔ اور اب وہ ماشاء اللہ تین بچوں کا باپ ہے۔

3- آج سے تقریباً دس سال پہلے میری بیٹی کی عمر تین سال تھی۔ جو کہ ماشاء اللہ 13 سال کی ہے۔ گھر میں اس وقت ڈبے میں جو کہ (ڈالڈا گھی) کا تھا، تار باندھ کر پانی گرم کرتے تھے۔ میری بیوی نے پہلے بیٹی کو غسل خانے میں نہانے والی چوکی پر بیٹھنے کو کہا اور بعد میں پانی کا ڈبہ چولہے سے اتار کر ٹب میں ڈالنے لگی ٹب خالی تھا وہ پھسل گیا اور پانی چھلک کر زمین پر یعنی غسل خانے کے فرش پر گرا، بچی کا پاؤں اوپر اور نیچے سے جل گیا اور بیٹی یہی کہتی رہی میری ماما نے میرا پاؤں جلا دیا۔ فی الحال ہم اسے لے کر سی۔ ایم۔ ایچ چلے گئے۔ لیکن جب واپس آئے تو والدہ نے یہی نسخہ بتایا۔ میری بیوی ایک تو اس حادثے پر، بچی کی تکلیف کی وجہ سے پریشان تھی اور دوسری گھریلو نسخے پر۔

ہمارے ہمسائے کہنے لگے کہ آپ لوگ اس طرح بچی کا پاؤں خراب کر دیں گے۔ اس دور میں دیسی نسخوں پر عمل کر رہے ہیں۔ اتنی اچھی اچھی دوائیاں ہیں، وہ لگائیں۔ لیکن میں اسی طرح اللہ پر بھروسا کرتے ہوئے رتن جوت مزید لایا اور اس کی پسوائی خود ہاون دستے میں کی، جو کہ کافی مشکل ہے۔ اسے کپڑے سے چھانا اور ناریل کے تیل سے استعمال کیا۔ چند دنوں میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے پاؤں ٹھیک ہوگیا۔ نہ صرف جلد پر جلن اور جلنے کی تکلیف ختم ہوگئی بلکہ بیٹی کے پاؤں پر کوئی نشان تک نہیں رہا اور اب تو میری بیوی کسی بھی ملنے والے کو اگر اس تکلیف میں دیکھے یا کوئی جل جائے۔ تو فوراً نسخہ بتاتی ہے اور کہتی ہے میں بنا دوں آپ کو رتن جوت یعنی پسوائی کر دوں۔ حکیم صاحب یہ نسخے اور اس کا استعمال بالکل اس طرح ہمارا آزمودہ ہے۔ والسلام

ہلاکت کے اسباب

(م۔ا..... راولپنڈی)

محترم حکیم طارق صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ماہنامہ عبقری کے قارئین کے لیے انمول موتی بھیج رہی ہوں۔ ماہنامہ عبقری میں ضرور شائع کریں۔ حضرت عبدالرحمٰن بن سابطؒ سے روایت ہے کہ جب کسی بستی والے چار چیزوں کو حلال سمجھنے لگتے ہیں تو ان کی ہلاکت کا فیصلہ کر دیا جاتا ہے۔ (1) جب کہ وہ تول میں کمی کریں (2) پیائش میں کمی کریں (3) بکثرت زنا کرنے لگیں (4) سود کھانے لگیں

ماہ ربیع الاول کی نفلی عبادت

ربیع الاول کا سب سے اعلیٰ وظیفہ درود شریف کا ورد ہے لہذا اس ماہ میں کوشش کی جائے کہ کثرت سے درود پاک پڑھا جائے

۱۶ رکعت نوافل:۔ کتاب الاوراد میں لکھا ہے کہ جب ربیع الاول کا چاند نظر آئے اس رات کو سولہ رکعت نفل پڑھے۔ دو دو رکعت کی نیت سے ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص تین تین بار پڑھے۔ جب فراغت پائے تو کل نفلوں کے بعد یہ درود شریف ایک ہزار بار پڑھے۔ **"اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَ رَحْمَۃُ اللّٰہِ وَ بَرَکَاتُہٗ۔"** ان نفلوں کی بہت فضیلت ہے اور انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز اور درود شریف پڑھنے والے رسول اکرم ﷺ کی زیارت سے فیض یاب ہوں گے لیکن اس کا خیال رکھیں کہ باوضو سوئیں۔

۲۰ رکعت نوافل:۔ جواہر غیبی میں ہے کہ اس مہینہ میں بارہ روز تک روح مبارک ﷺ پر ہدیہ اس نماز کا بھیجتا رہے کیونکہ حضرات صحابہؓ اور تابعینؒ اور تبع تابعینؒ بھی ان رکعتوں کا ثواب ہدیہ روح اقدس ﷺ کو بھیجا کرتے تھے اور وہ بیس رکعت ہیں۔ ہر رکعت میں اکیس اکیس بار سورۃ اخلاص پڑھی جاتی ہے، اگر روزمرہ بارہ دن تک توفیق نہ ہو تو دوسری تاریخ اور بارہویں تاریخ ضرور ہی بیس رکعت بترکیب مذکورۃ الصدر پڑھ کر روح مبارکہ حضور اقدس ﷺ کو ہدیہ پہنچائے کہ اس نماز کے پڑھنے والوں کو رسول اللہ ﷺ نے خواب میں جنت کی بشارت دی ہے اور حضور اقدس ﷺ کا دیکھنا اور بشارت دینا عین حقیقت ہے۔

وظیفہ درود شریف:۔ ربیع اول کا سب سے اعلیٰ وظیفہ درود شریف کا ورد ہے لہذا اس ماہ میں کوشش کی جائے کہ کثرت سے درود پاک پڑھا جائے۔ کتاب المشائخ میں لکھا ہے کہ جب چاند ربیع الاول کا نظر آئے، اسی شب سے تمام مہینے تک یہ درود شریف ہمیشہ ایک ہزار پچیس بار بعد نماز عشاء کے پڑھے گا تو حضور اقدس ﷺ کو خواب میں دیکھے گا۔ وہ درود شریف یہ ہے۔ **"اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ کَمَا صَلَّیْتَ عَلٰی اِبْرَاھِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ اِبْرَاھِیْمَ اِنَّکَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ"** ایک بزرگ کا قول ہے کہ جو شخص اخلاص کے ساتھ ربیع الاول میں سوا لاکھ مرتبہ مندرجہ بالا درود پاک پڑھے گا۔ اسے حضور ﷺ کی شفاعت نصیب ہوگی۔

یہ بات تحقیق ہے کہ ظالموں کو کبھی بھی فلاح نہیں ہوتی ہے ، ہر شخص اپنے عمل کے بدلے میں گروی ہے

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

منہ پر ورم

میں میٹرک کی طالبہ ہوں، میرے ہاتھ پاؤں کے تلوے گرمی کے موسم شروع ہوتے ہی شدت سے جلنے لگتے ہیں۔ کبھی منہ پر ورم آجاتا ہے۔ پیشاب ٹیسٹ کرایا، گر دے ٹھیک ہیں، میرے لیے کوئی دوائی تجویز کریں۔

(م۔ب۔کراچی)

☆ بی بی! آپ پانی کے کم از کم دس گلاس روز پیا کریں اور صبح نہار منہ زیادہ سے زیادہ پانی پئیں۔ گرم ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے ٹھنڈی مراد منگوا کر صبح دوپہر اور شام کو ایک ایک چمچ سفوف لیں۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہوگا۔ سبز ترکاریاں خوب کھائیے بڑا گوشت اور کھٹی چیزوں سے بہت زیادہ پرہیز کریں۔

اسپغول کا صحیح استعمال

صرف جواب:

☆ اٹک سے س۔الف کا مسئلہ ہے۔ آپ کے لیے اسپغول کا چھلکا نہیں بلکہ ثابت اسپغول مفید ہے۔ چھلکا کھانا چھوڑ دیجئے۔ میرے عزیز دوست محمد قاسم صاحب پشاور گئے تو وہاں ان کو کسی نے "تارامیرا" کے بیج اور اسپغول ثابت کا نسخہ بتایا۔ ایک چھٹانک ثابت اسپغول صاف کی ہوئی اور ایک چھٹانک تارامیرا کے بیج صاف کئے ہوئے بوتل میں اچھی طرح ملا کر رکھئے۔ صبح ناشتے سے پہلے ایک چمچی دوا ہتھیلی پر رکھئے اور سات بار سورۃ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے پانی کے ساتھ پھانکئے۔ اسپغول ثابت کوٹنا نہیں اور چبانا بھی نہیں۔ اسی طرح شام کو کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے نیم گرم دودھ کے ساتھ ایک چمچی دوا کھا لیجئے۔ اس سے آپ کے دائمی قبض کو آرام آئے گا۔ اسپغول کا چھلکا دودھ میں بھگوا کر اب استعمال نہ کیجئے۔ آپ باقاعدگی سے دونوں وقت یہ دوا لیجئے۔ گھئے کا سالن، ترکاری، ٹینڈے، پالک آپ کے لیے مفید ہیں۔ اب خرفے کا ساگ آجائے گا، وہ گوشت میں ڈال کر کھا سکتی ہیں۔ اس سے گوشت کی گرمی ختم ہوجاتی ہے۔

دانتوں سے خون آنا

☆ ایبٹ آباد سے ع م صاحبہ! اتنی سی عمر میں آپ کے دانت ہل رہے ہیں، یہ اچھی بات نہیں ہے۔ کیکر کی چھال کا منجن بنائیے۔ یا کیکر کی نرم مسواک استعمال کیجئے۔ صبح شام دودھ پیا کیجئے۔ دانتوں سے خون آرہا ہو تو آپ وٹامن سی 500 ملی گرام کی ایک گولی روزانہ کھائیے۔ گائے کا گوشت آپ اور آپ کی والدہ دونوں کے لیے مضر ہے۔ لیموں کی سکنجبین آپ کے لیے اچھی ہے۔ مالٹے، کینو وغیرہ خوب کھائیے۔ کیکر نہ ملے تو آپ نیم کی نرم مسواک بھی کر سکتی ہیں۔

مہندی کا رنگ زیادہ کیسے ہو

مہندی کس طرح زیادہ رنگ لا سکتی ہے؟

☆ 1709ء میں ایک ماہر نباتات ڈاکٹر لاسون نے مہندی پر ریسرچ کر کے اس کا موثر جز دریافت کیا جو انہی کے نام پر لاسون کہلاتا ہے۔ اچھی مہندی وہی ہوتی ہے جس میں لاسون زیادہ ہو۔ رنگ زیادہ کرنے کے لیے اس میں سٹرک ایسڈ وغیرہ شامل کر دیا جاتا ہے۔ بطور دوا مہندی استعمال کرنی ہو تو آپ پتے خرید کر خود پیسئے۔ مہندی سے بال رنگنے کے لیے وقت کی ضرورت ہے۔ مہندی کا رنگ ایک دم نہیں چڑھتا کیونکہ اس کے لیے حرارت کی ضرورت ہوتی ہے۔ بالوں پر لگانے کے لیے آپ اچھی سبز تازہ مہندی کا انتخاب کیجئے۔ اس میں تھوڑا سا پھلوں کا سرکہ یا ایک لیموں کا رس ملائیے اور کچھ دیر کے لیے اسے رکھ دیجئے۔ آپ گہرا رنگ دینا چاہتی ہیں۔ ایک چمچ سیاہ کافی یا چائے پکا کر اس کے پانی میں مہندی گھولئے۔ اخروٹ کی چھال یعنی دنداسہ کے ٹکڑے پانی میں چھ سات دن بھگو کر پانی پکا کر اس میں مہندی گھول سکتی ہیں۔ مٹھی بھر آملے لوہے کی کڑاہی میں بھگو کر، پانی پکا کر، چھان کر مہندی میں ڈال سکتی ہیں۔ آپ انار کے چھلکے، چمچ بھر کلونجی، چمچ بھر میتھی دانہ، ایک پیاز کے چھلکے، چائے کا ایک چمچ پانی میں ملا کر پکائیے۔ چھان کر اس میں ایک لیموں کا رس ملائیے۔ مہندی اس پانی میں گھول کر لگائیے۔ رنگ اچھا آئے گا۔

چقندر کا رس یا چقندر کے ٹکڑے پانی میں پکا کر مہندی میں ملائیے۔ سرخ شوخ رنگ آئے گا۔ تھوڑی سی ریوند چینی پیس کر ملائیے۔ اس سے بھی اچھا رنگ آتا ہے۔ وسمے کے پتے پیس کر ملانے سے بالوں کا رنگ سیاہی مائل ہوجاتا ہے۔

جن کے بال خشک ہوں وہ مہندی میں ایک انڈا، ایک چمچ سرسوں کا تیل اور آدھے لیموں کا رس ملا کر لگائیں۔ اسے بال چمکدار ہوجاتے ہیں۔ مہندی لگا کر سر پر پلاسٹک کا لفافہ باندھئے یا پلاسٹک کیپ پہن کر تولیہ یا دوپٹہ لپیٹ لیجئے۔ اس طرح مہندی کا رنگ جلدی چڑھ جائے گا۔

عرق النساء یا شیاٹیکا درد

دو سال سے میں ایک موذی مرض میں مبتلا ہوں۔ ایک دو منٹ کے لیے کھڑی ہوتی ہوں تو بائیں ٹانگ سن ہوجاتی ہے۔ پاؤں کے ناخن سے لیکر کمر تک ایک نس کھنچی ہے جس سے ناقابل برداشت درد ہوتا ہے۔ میں حکیمی اور ایلوپیتھی علاج کرا چکی ہوں، کوئی آرام نہیں۔ روحانی علاج بھی کرایا۔ ایک جگہ پڑے رہنے سے جسم پھولتا جا رہا ہے۔ آپ کوئی علاج بتایئے؟ یہ مرض کیوں ہوتا ہے اور علاج کروانے پر ٹھیک بھی ہوتا ہے یا نہیں۔ (روحی بانو۔ سیالکوٹ)

☆ اس مرض کو عرق النساء، لنگڑی کا درد یا شیاٹیکا کہتے ہیں۔ اس بیماری کی بڑی علامات کمر کے نچلے حصے میں شدید درد ہے۔ درد کمر سے لیکر ٹانگ تک جاتا ہے۔ کثرت سے تمباکو پینے، چوٹ لگنے، پسینے میں ہوا لگ جانے، ٹھنڈے مشروبات زیادہ استعمال کرنے یا سردی لگ جانے سے یہ مرض ہوتا ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کے مہرے ہل جائیں اور پٹھا بیچ میں آکر دب جائے تو پورے پٹھے میں درد ہوتا ہے۔ یہ پٹھا ریڑھ سے شروع ہو کر پیر تک آتا ہے اور اس میں درد ہوتا ہے۔ بعض دفعہ پھسلنے، جھک کر فوراً اٹھنے پر یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے بھی یہ مرض ہوجاتا ہے۔ اسکا جدید علاج اس طرح کیا جاتا ہے۔

آرام:۔ مریض کو آرام کرنا چاہیے۔ بستر نرم، گدے والا نہ ہو بلکہ سخت ہونا چاہیے۔ لکڑی کے تخت پر سوئیں یا فرش پر بستر بچھالیں۔ اس سے آرام محسوس ہوگا۔

فزیو تھراپی مساج:۔ آج کل فزیو تھراپی بھی کامیاب رہتی ہے۔ ہسپتال میں اس کا علیحدہ شعبہ ہوتا ہے۔ فزیو تھراپی کی مشینوں پر مریض کو حرارت سے سکون ملتا ہے۔ کچھ ورزشیں اور مساج کرنے سے درد میں کمی ہوجاتی ہے۔ کسی معالج سے علاج کرانا چاہیے۔ حکمت میں بھی ایسی دوائیں موجود ہیں جن سے یہ تکلیف رفع ہوجاتی ہے۔ آپ کلونجی صاف کر کے باریک پیس کر رکھ لیجئے۔ صبح گرم پانی کے ایک پیالے میں ایک چمچ شہد ملا کر اس کے ساتھ تین گرام کلونجی روزانہ کھائیے۔ کلونجی میں موت کے سوا ہر مرض سے شفا ہے۔

لوگو بہت پاکیزگی نہ جتایا کرو پرہیزگاروں کو وہی خوب جانتا ہے

دنیا بدل گئی

وہ بھوکا بھی تھا اور اس کا گھوڑا بھی بھوکا تھا مگر اس کے پاس دام نہیں تھے۔ ایک عورت گئی اور دس درہم لاکر مسافر کو دیئے اور کہا یہ رقم میں نے اپنے کفن دفن کے لیے رکھی تھی

(تحریر: حاجی صاحب۔فیصل آباد)

ایک شخص کو جب روزگار کی تنگی نے آلیا تو اس نے اپنے شہر سے ہجرت کرنے کا پروگرام بنایا۔ اس نے اپنی بیوی اور اکلوتی بیٹی کو اللہ تعالیٰ سبحانہ کے سپرد کیا اور خود دوسرے شہر کے لیے روانہ ہوگیا۔ اس کے پاس صرف ایک گھوڑا تھا۔ جب رات ہوئی تو وہ ایک سرائے میں اترا۔ باہر چار پائی پر بیٹھ گیا اور گھوڑے کو باندھ دیا۔ وہ سرائے ایک عورت چلاتی تھی اور اس کی واحد مالک تھی۔ مسافروں کو رہائش اور کھانا بھی خود ہی مہیا کرتی تھی۔ اس کی کوئی اولاد نہ تھی۔ جب اس نے ایک مسافر کو بیٹھے دیکھا تو پوچھا کہ وہ کھانا کھائے گا؟ مگر مسافر چپ رہا اور کوئی جواب نہ دیا۔ وہ عورت چلی گئی۔ کچھ دیر کے بعد وہ پھر آئی اور کھانے کا پوچھا۔ مسافر نے عرض کیا کہ وہ بھوکا بھی ہے اور اس کا گھوڑا بھی بھوکا ہے۔ مگر اس کے پاس دام نہیں ہیں۔ عورت چلی گئی اور دس درہم لاکر مسافر کو دیے اور کہا یہ رقم میں نے اپنے کفن دفن کے لیے رکھی تھی، تجھ کو دیتی ہوں اگر ہوسکے تو تو واپس کر دینا اور مسافر کو اپنے پاس سے کھانا بھی کھلایا اور گھوڑے کو گھاس خرید کر ڈالی۔ اب خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ وہ مسافر کسی دوسرے شہر چلا گیا اور اس نے اس دس درہم سے کاروبار شروع کیا۔ کاروبار چل نکلا اور وہ اس شہر کا امیر کبیر شخص بن گیا۔ ایک روز اس کے شہر سے ایک قافلہ آیا اور اسے اس کی بیوی کا خط دیا جس میں لکھا تھا کہ آپ کی بیٹی جو آپ شیر خوار چھوڑ گئے تھے، اب جوان ہوگئی ہے۔ اس کی شادی کرنی ہے۔ خود بھی آجائیں اور رقم کا بندوبست بھی کر کے آئیں۔ اس تاجر نے اپنا کاروبار سمیٹا اور نقد رقم لیکر گھوڑے پر سوار ہو کر عازم وطن ہوا۔

اللہ تعالیٰ سبحانہ کی شان کریمی، چلتا ہوا اس سرائے میں پہنچا جو کہ عورت چلاتی تھی۔ اس نے لوگوں کے بارے اس عورت کے متعلق دریافت کیا۔ لوگوں نے بتایا کہ وہ عورت سخت بیمار ہے۔ تاجر نے سوچا کہ چلو اس کی عیادت بھی کرتے ہیں اور اس کا قرضہ بھی واپس کر دیتے ہیں۔ جب وہ عورت کے پاس پہنچا تو وہ انتقال کر چکی تھی۔ اب اس تاجر نے اس کی تجہیز و تکفین بہت شان دار طریقہ سے کی اور خود اسے اپنے ہاتھوں سے لحد میں اتارا۔ رات کو تاجر جب سونے لگا تو اس نے دیکھا کہ اس کی رقم والی تھیلی غائب ہے۔ جب اس نے خوب غور کیا تو اسے پتہ چلا کہ وہ تھیلی تو اس عورت کو قبر میں اتارتے وقت لحد میں گرگئی ہے۔ اب اس نے قبرستان کا رخ کیا چونکہ ابھی قبر تازہ تھی لہذا اسے قبر کھولنے میں کسی دقت کا سامنا نہ کرنا پڑا۔ جب وہ قبر میں اترا تو بجائے اس عورت کی میت کے ایک دروازہ پایا جو نیچے کو کھلا ہوا تھا۔ وہ لاشعوری طور پر دروازے میں داخل ہوگیا۔ دیکھا کہ وہاں نہایت خوبصورت باغ ہے۔ اس میں ایک درخت کے سایہ میں ایک نہایت حسین و جمیل لڑکی بیٹھی ہے اور اس کے اردگرد بہت سی خادمائیں ہیں۔ اس لڑکی نے اس تاجر کو پہچان لیا اور اسے رقم کی تھیلی دیتے ہوئے کہا کہ یہ تھیلی لو اور جتنی جلدی ہو قبر سے باہر نکل جاؤ۔ میں وہی سرائے والی عورت ہوں۔ تاجر قبر سے باہر آگیا۔ جب سرائے میں پہنچا تو وہاں سرائے کا نام ونشان نہیں تھا۔ وہاں ایک خوبصورت شہر آباد تھا۔ جب لوگوں سے پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ کسی قدیم زمانے میں یہاں ایک سرائے ہوا کرتی تھی، جس کی مالک ایک عورت تھی۔ جب وہ مرگئی تو ایک امیر کبیر تاجر نے اس کی تجہیز و تکفین نہایت شاندار طریقہ سے کی اور وہ تاجر دوسرے دن اپنے گھر کو روانہ ہوگیا۔ اب وہ تاجر بہت پریشان تھا کہ دنیا ہی بدل گئی تھی۔ وہ ایک بزرگ کے پاس گیا اور ساری داستان بیان کی۔ اس بزرگ نے اسے کہا کہ وہ شاہ حضرت عبدالعزیز صاحب محدث دہلوی کے پاس دہلی چلا جائے۔ وہ اس کا حل بتائیں گے وہ تاجر شاہ صاحبؒ کے پاس دہلی پہنچا اور شروع سے لیکر آخر تک پورا قصہ بیان کیا۔ تو شاہ صاحب نے فرمایا کہ آخرت کا ایک لمحہ اس دنیا کے ہزاروں سال کے برابر ہوتا ہے۔ اب وہ مکہ معظمہ چلا جائے اور بقیہ زندگی وہاں بسر کرے وہ تاجر مکہ معظمہ چلا گیا اور باقی زندگی وہاں گزار دی۔

کیا آپ بابرکت، کشادہ، رزق چاہتے ہیں

جو شخص بعد نماز مغرب سورۃ واقعہ کی تلاوت کرتا رہیگا۔ وہ کبھی بھی کسی کا محتاج نہیں ہوگا

☆ سال بسال ہر ربیع الاول کے مہینے کی ہر جمعرات کو ذیل کا عمل کرنے سے انشاء اللہ سال بھر اس کی روزی میں برکت رہے گی اور تنگدستی کافور ہو جائے گی عمل یہ ہے:۔ گلاب کا ایک شگفتہ پھول لیکر اول تین بار درود شریف پڑھے پھر اکیس اکیس مرتبہ **اَللّٰہُ نَاصِرٌ** اور **اللّٰہُ حَافِظٌ** اور **اللّٰہُ الصَّمَدُ** سو مرتبہ پھر تین بار درود شریف پڑھ کر پھول پر دم کرے اور ہر وقت اس کو سونگھتا رہے جب پھول سوکھ جائے تو کھالے۔

☆ سورۃ القدر کثرت کے ساتھ پڑھے اور بعد فراغت سات بار یہ دعا پڑھنی چاہیے۔" **اَللّٰھُمَّ یَامَنْ یَلْتَفِی مَنْ خَلْقَہٗ جَمِیْعًا وَّلَا یَلْتَفِی مِنْ اَحَدٍ مِّنْ خَلْقِہٖ یَا اَحَدَ مَنْ لَّا اَحَدَ لَہٗ اِنْقَطَعَ الرَّجَاءُ اِلَّا فِیْکَ وَ خَابَتِ الْاَعْمَالُ اِلَّا فِیْکَ یَاغِیَاثَ الْمُسْتَغِیْثِیْنَ . اَغِثْنِیْ** ۔لفظ" اغثنی" کو سات مرتبہ کہنا چاہیے۔ اگر اکتالیس دن تک متواتر بلا ناغہ اکتالیس مرتبہ روزانہ تہجد کے وقت پڑھے گا تو رزق کے دروازے اس پر کھول دیئے جائینگے۔ (انشاء اللہ)

☆ اول دو رکعت نماز نفل پڑھے۔ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد حسب ذیل آیت پڑھے: **وَعِنْدَہٗ مَفَاتِحُ الْغَیْبِ لَا یَعْلَمُھَآ اِلَّا ھُوَ** (سورۃ الانعام آیت نمبر 59) آخر تک پھر دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد **وَمَا مِنْ دَآبَّۃٍ فِی الْاَرْضِ اِلَّا عَلَی اللّٰہِ رِزْقُھَا** (سورۃ ھود آیت نمبر 6) آخر تک۔ سلام کے بعد **اَسْتَغْفِرُاللّٰہَ الْغَفُوْرَ الرَّحِیْمَ** کثرت کے ساتھ پڑھے۔ ان شاء اللہ رزق میں فراخی نصیب ہوگی اور وہ شخص کبھی محتاج نہیں ہوگا۔ ان شاء اللہ چاہیے کہ ہفتے میں ایک بار یہ نماز پڑھ لیا کرے۔

☆ سورۃ واقعہ کو بعد از نماز مغرب کم از کم دو دفعہ پڑھنا چاہیے۔ رسول اللہ ﷺ فرماتے ہیں کہ جو شخص بعد نماز مغرب سورۃ واقعہ کی تلاوت کرتا رہیگا۔ وہ کبھی بھی کسی کا محتاج نہیں ہوگا۔

(بحوالہ" کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات" مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں)

بدصورت انگلیاں | جلدی خارش | نکسیر جاری ہوگئی | جریان کیا ہے؟ | منہ سے خون

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

ناک کی ہڈی

(فاطمہ۔۔۔سیالکوٹ)

چند ماہ پہلے میں نے ناک کی ہڈی بڑھنے پر اس کا اپریشن کرایا ہے، لیکن کسی نے کہا کہ یہ ہڈی دوبارہ بڑھ جاتی ہے۔ یہ بات سن کر کافی فکرمند ہوگئی ہوں۔ کیا واقعی یہ بات درست ہے؟ برائے مہربانی ناک کی بڑھی ہوئی ہڈی کا مستقل علاج عنایت فرمائیے۔

جواب:۔ جی ہاں، اکثر و بیشتر یہ ناک کا آپریشن بے فائدہ رہتا ہے۔ ان دنوں ناک کا آپریشن ایک فیشن بن گیا ہے۔ ایک زمانے میں اپنڈکس کا آپریشن فیشن تھا۔ حالات نے ثابت کردیا کہ وہ اشد غلط تھا۔ آنے والا وقت بتائے گا کہ ناک کا آپریشن بھی غلط ہے، صحیح علاج ناک کا غسل ہے۔ نمک اور گرم پانی سے ناک کو غسل دینا ناک کے ورم کو دور کردیتا ہے۔ یہ علاج شافی ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 2 کو استعمال کریں۔

ناخن نہیں بڑھتے

(تسنیم رانا۔۔۔فیصل آباد)

عمر ۲۰ سال، ہاتھوں اور پیروں کی انگلیوں کے ناخن بڑھنے کی رفتار بہت کم ہے اس وجہ سے خاص طور پر ہاتھ کی انگلیاں بدصورت ہوگئی ہیں۔ محفل میں اپنے ہاتھوں کو چھپا کر رکھنے کی کوشش کرتی ہوں۔ احساس کمتری کا شکار بھی اس وجہ سے ہوگئی ہوں۔ کوئی ایسا علاج بتائیے کہ میرے ناخن دوسری لڑکیوں کی طرح بڑھنے لگیں اور خوبصورت ہوجائیں۔

جواب:۔ ناخن کا تعلق دوران خون سے ہے۔ خون جب انگلیوں کے پوروں سے گزرتا ہے تو خون کے سفید ذرات یہیں رک جاتے ہیں۔ ان سے ناخن بنتے ہیں۔ ہوسکتا ہے دوران خون کا کوئی نقص ہو، مگر بظاہر آپ کے ناخن مریض ہیں۔ ان کے مرض پر توجہ کرنی چاہیے۔ ممکن ہے کہ ان میں فنگس کا اثر ہوگیا ہو۔ مناسب ہے کہ کسی ماہر سے مشورہ کر لیں۔ ایک تدبیر گھیکوار کا گودا لگانا ہے۔ رات کو سوتے وقت یہ گودا ناخنوں پر لگائیں۔ انشاء اللہ ماہ دو ماہ میں ناخنوں کا مرض دور ہوجائے اور چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو استعمال کریں۔

کمر میں درد

(نورین۔۔۔کوئٹہ)

عمر ۲۹ برس، ایک کالج میں لیکچرار ہوں۔ کلاس میں طالبات کو کھڑے ہوکر لیکچر دیتی ہوں۔ اس وجہ سے کچھ عرصے سے کمر کے نچلے حصے میں درد ہونے لگا ہے۔ بستر پر لیٹے بغیر آرام نہیں ملتا۔ کیا اس درد کے لیے طب اسلامی میں کوئی مرہم یا بوٹی ہے جس کے استعمال سے اس درد کی تکلیف سے نجات مل جائے؟

جواب:۔ آپ عبقری کی ''سکونی'' استعمال کریں۔ ۲ کیپسول صبح، ۲ کیپسول رات کو، ۱۵۔۲۰ دن کھالیجئے۔ اس سے تکلیف رفع ہوجائے گی۔ چارٹ سے غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جلدی خارش

(محمد دلاور خان۔۔۔کوٹ ادو)

عمر ۲۰ برس، عرصہ ایک سال سے مجھے جلدی خارش کی شکایت ہوگئی ہے۔ کھجلانے پر زخم بن جاتے ہیں۔ اسکی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ حکیم صاحب! کوئی مناسب سا علاج تجویز فرمائیے۔

جواب:۔ آپ پہلے دو کام کیجئے: گائے کا گوشت بالکل ترک کردیجئے۔ یہ بڑی خطرناک چیز ہے۔ اور پاکستان میں گائے کا گوشت تو انسانوں کے کھانے کا ہوتا ہی نہیں ہے۔ دوسری بات یہ کہ آپ اگر مٹھائیاں زیادہ کھاتے ہیں تو ان میں کمی کردیجئے۔ قرص زرد (یہ ہلدی سے بنتے ہیں) ایک قرص روزانہ رات کو کھائیے۔ دو تین ہفتے یہ علاج جاری رکھیں۔ عبقری کی مرہم سکونی بھی اچھی مرہم ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

دل کی تیز دھڑکن

(ذیشان احمد۔۔۔تربت)

عمر ۲۱ سال برس ہے۔ میرا دل بہت دھڑکتا ہے، سانس پھول جاتا ہے۔ تھوڑا سا دوڑوں یا اچانک کوئی بری خبر سن لوں تو دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے۔ علاج بہت کرایا، لیکن وقتی فائدہ ہوتا ہے۔ امید ہے کوئی مفید و موثر علاج بتائیں گے۔

جواب:۔ بظاہر آپ قلب کی کمزوری کا شکار لگتے ہیں۔ ویسے یہ شکایات جسم میں خون کی کمی کا نتیجہ بھی ہوسکتی ہیں۔ مناسب ہوگا کہ آپ اپنا مناسب چیک اپ کرالیں تاکہ اصلی سبب کا کھوج لگ سکے۔ محض تجویز کردہ دوا پر انحصار مناسب نہیں۔ امراض قلب کے خصوصی شعبے سے رجوع کرکے اپنی مرض کی تشخیص کرالینی چاہیے۔ اس طرح جلد صحت یاب ہوجائیں گے۔ اس وقت تک عمدہ قسم کے عرق گلاب (نصف پیالی) میں ۲۰، ۲۵ کشمش رات کو بھگودیں۔ اس عرق اور کشمش کا صبح ناشتے سے پہلے استعمال مفید رہے گا اور چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو استعمال کریں۔

نکسیر جاری ہوگئی

(عبدالرحمن میمن۔۔۔آزاد کشمیر)

کچھ عرصہ سے میری نانی کی ناک سے خون بہنا شروع ہوگیا ہے۔ یہ سلسلہ وقفے وقفے سے ہوتا ہے۔ معالجین کا کہنا ہے کہ ان کا بلڈ پریشر بہت بڑھ جاتا ہے، اس لیے ناک سے خون جاری ہوجاتا ہے۔ ہم کافی پریشان ہیں، کوئی مناسب علاج بتائیے۔

جواب: ہاں، محترم ڈاکٹر صاحبان کی رائے صحیح ہے۔ آپ محترمہ نانی جان کو مشورہ دیں کہ وہ آلو بخارہ خشک ۵ عدد رات کو آدھا گلاس پانی میں بھگودیں۔ صبح گٹھلیاں پھینک دیں اور باقی سب پی لیں۔ اس سے بلڈ پریشر کم ہوجائے گا۔ یہ ایک اچھا علاج ہے۔ کھانے میں ہرا گھیا زیادہ سے زیادہ نوش

جان فرمائیں۔ ہرا گھیا حضور نبی کریم ﷺ کی پسندیدہ غذا تھی۔ چارٹ سے غذا نمبر 6 کو استعمال کریں۔

منہ سے خون

(زاہدہ بتول۔۔۔فیصل آباد)

میں جب بھی کلی یا وضو کرتی ہوں تو منہ سے خون جاری ہو جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے وضو کرنے میں خاص طور پر پریشانی ہوتی ہے۔ حالانکہ روزانہ صبح کو ٹوتھ پیسٹ سے دانت اچھی طرح صاف کرتی ہوں۔ رمضان میں دانت مزید حساس ہو جاتے ہیں۔ کیا علاج کیا جائے؟

جواب:۔ محترمہ، یہ آپ کا مسئلہ توجہ چاہتا ہے۔ سب سے پہلی بات یہ کہ گائے بھینس کا گوشت بالکل ترک کر دیجئے۔ یہ گوشت مسوڑھوں کا دشمن ہے۔ آپ کو وٹامن سی کی ضرورت ہے۔ ۵۰۰ ملی گرام کی ایک ٹکیہ کافی دنوں تک روزانہ کھایئے۔ کوشش کر کے صبح وشام مسواک کرنے کی عادت کو اپنائیں۔ سنت سمجھ کر مسواک کرنے سے تقریباً ڈیڑھ ہفتے کے دوران ہی منہ سے خون آنا بند ہو جائے گا اور چارٹ سے غذا نمبر 8-5 کو استعمال کریں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

جریان کیا ہے؟

(حبیب نواز، عبدالمجید العین دبئی)

میں جریان کے بارے میں ذرا تفصیل سے معلوم کرنا چاہتا ہوں۔ از راہ کرم مجھے اس کے اسباب، علامات اور علاج کے بارے میں بتا دیجئے۔

جواب:۔ یہ نوجوانوں کا مسئلہ ہے اور زیادہ تر یہ وہم اور فکر کا نتیجہ ہوتا ہے۔ مرد کا جوہر ایک تھیلی میں رہتا ہے۔ جب یہ تھیلی لبالب بھر جاتی ہے تو مادہ چھلکتا ہے اور باہر نکل جاتا ہے۔ یہ کوئی مسئلہ نہیں ہے اسے بھول جانا چاہیے۔ غلطیوں کے نتیجے میں ایسا ہوتا ہے کہ حس بڑھ جاتی ہے۔ اس بڑھی ہوئی حس کی وجہ سے یہ مادہ خارج ہو سکتا ہے۔ اس کا علاج احتیاط ہے۔ غلطیاں نہ کی جائیں، خود بخود حالات اعتدال پر آجاتے ہیں۔ لوگ اسے خواہ مخواہ مرض بتا دیتے ہیں اور دوائیں کھلا کھلا کر نئے نئے مسائل پیدا کرتے ہیں۔ ان سے بچنا چاہیے۔ اگر مرض زیادہ ہو تو نوجوانوں کے روگ کورس کو استعمال کریں۔

چھوٹی عمر میں کمر درد

عمر ۲۰ سال، ایک سال سے صبح بیدار ہونے پر کمر میں درد ہوتا ہے جو کچھ دیر بعد ٹھیک ہو جاتا ہے۔ برائے مہربانی کوئی نسخہ تجویز فرمایئے۔ (ندیم کریم۔ لانڈھی)

جواب: ذرا غور فرمایئے ۲۰ سال کی عمر میں درد ہو رہا ہے۔ جو کہیں ۷۰۔۸۰ سال کی عمر میں ہونا چاہیے۔ ندیم کریم صاحب! ایسا لگتا ہے کہ آپ کا پلنگ ڈھیلا ہے۔ اس کی ادوان کسی ہوئی نہیں ہے۔ جھول سی چارپائی میں کمر مڑی رہتی ہے جب کہ انسان کا صحیح انداز کمر کو سیدھا رکھنا ہے۔ زمین پر یا پھر تخت پر سونے کی عادت کو اپنائیں۔ کچھ عرصہ زمین یا تخت پر سونے سے بہت زیادہ افاقہ ہوگا اور ہارڈ بیڈ پر کمر سیدھی رہے گی، تو یہ درد نہیں ہوگا۔ چارٹ سے غذا نمبر 2-3 کو استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقی)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3	غذا نمبر 4
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5	غذا نمبر 6
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، بیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، لیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7	غذا نمبر 8
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

بڑی بوڑھیوں کے آزمودہ گھریلو ٹوٹکے آپ کے لیے

گھر بنانے، گھر سجانے، گھر سنوارنے اور گھر بھر کی صحت کے لیے ضرور یہ ٹوٹکے استعمال کریں

دیواروں پر سے پنسلوں کے نشانات

(مرسلہ: روبینہ نازروبی۔۔۔فیصل آباد)

ننھے بچے بعض اوقات پنسلوں سے دیواروں پر نشانات لگا دیتے ہیں ان کو صاف کرنے کے لیے ٹھنڈے پانی میں کپڑا ڈبو کر اس پر سہاگہ چھڑک کر نشانات زدہ حصوں پر رگڑنے سے دیواریں صاف ہو جاتی ہیں۔

مچھروں کو بھگانے کا طریقہ

تلسی کے پتوں کے رس کو اپنے جسم پر مل لینے سے مچھر بھاگ جاتے ہیں۔

انڈوں کو دیر تک تازہ رکھنا

کچھ خواتین انڈوں کو نمک میں دبا دیتی ہیں۔ اس طرح وہ تازے رہتے ہیں۔ پہلے زمانے میں خواتین انڈوں کو ریت کے نیچے دبا دیتی تھیں اور اس ریت پر روزانہ پانی کا چھڑکاؤ کرتی تھیں اس طرح انڈے کافی مدت تک غذائیت سے بھرپور رہتے تھے۔

اگر زہریلا کیڑا کاٹ لے

اگر کوئی زہریلا کیڑا جسم کے کسی حصے پر کاٹ لے تو اس کا فوری علاج یہ ہے کہ اس جگہ جہاں کیڑے نے کاٹا ہو۔ لیموں کا رس ٹپکا دیں، فوری آرام آجائے گا۔

نیل پالش ریموور

آپ نیل پالش ریموور گھر پر آسانی کے ساتھ تیار کر سکتی ہیں اور پیسے بھی بچا سکتی ہیں۔ ایک بوتل اصلی ''ایسی ٹون'' (Acctone) کی کیمسٹ سے خرید لیں اور اس میں چار پانچ قطرے کسٹرائل ملا دیں۔ پالش ریموور تیار ہو جائے گی۔

دیمک لگ جائے

جس جگہ دیمک لگ جائے وہاں مٹی کے تیل میں تارکول ملا کر لگا دیں دیمک فوراً بھاگ جائے گا۔ نیم کے خشک پتوں کی دھونی دینے سے دیمک ختم ہو جاتا ہے۔

چائے کے داغ

چائے کے داغ دور کرنے کے لیے سہاگہ، گرم دودھ اور گلیسرین مفید ہیں ان میں سے کوئی بھی ایک چیز لگا کر داغ دور کر سکتے ہیں۔

شیر خوار بچوں کے لیے مفید مشورے

(ایم۔شاہد لتھڑا تونسہ)

(1) بچے کے منہ پر کھانسنے اور چھینکنے سے پرہیز کریں۔ (2) بچے کے منہ کا بوسہ لینے سے آپ خود بھی بچیں اور دوسروں کو بھی اسکی تاکید کریں (3) تیز روشنی سے بچے کی آنکھ کی حفاظت کرنے میں کبھی غفلت نہ کیجئے (4) بچے کو کتے، بلیوں یا گندے کھلونوں سے کبھی نہ کھیلنے دیجئے (5) مکھیوں اور مچھروں سے بچے کی حفاظت کیجئے۔ (6) بچے کی پیٹھ کو سہارا دیے بغیر کبھی نہ اٹھایئے۔ (7) بچے کو ہر روز پاخانہ کرنا چاہیے، اس کا خیال رکھیں۔ (8) بچے کو گرم موسم میں خاص طور پر پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اسکو ہرگز نہ بھولیے۔ (9) بچے کے جسم اور جوڑوں پر پاؤڈر لگانے میں غفلت نہ کیجئے (10) پیدا ہونے کے بعد فوراً اور پھر روزانہ بچے کی آنکھیں صاف کرنا ہرگز نہ بھولیں۔

بالوں کے لیے آسان نسخہ (مسز ظفر۔پنجند تلہ گنگ)

بیری کے پتے باریک کوٹ کر انکے ساتھ سر دھوئیں تو بھی بال مضبوط ہونگے۔ تلوں کے پتے آجکل آسانی سے مل سکتے ہیں۔ پانی میں ڈالیں تو بالکل شیمپو کی طرح ہو جائینگے۔ بال خوبصورت اور چمکدار ہو جائیں گے۔

سر کی خشکی کے لیے:۔ کم خرچ نسخہ، جو آزمایا ہوا ہے۔ لوکی کدو کا پانی 8 تولہ۔ خالص تلوں کا تیل 2 تولہ۔ لوکی کدو کا پانی نکال کر تلوں کا تیل شامل کر دیں اور ہلکی آنچ پر جوش دیکر پانی جلا دیں۔ روغن صاف کر کے شیشی میں رکھ دیں۔ بوقت ضرورت استعمال کریں اس سے نہ صرف خشکی دور ہوگی بلکہ بال مضبوط اور دراز ہونگے اور گرتے ہوئے بال رک جائیں گے۔

اخروٹ کی ٹافی:۔ اخروٹ کی گری 50 گرام، دودھ آدھا لیٹر، مکھن 1 چمچ، کھویا 100 گرام، چینی 150 گرام۔

بنانے کا طریقہ:۔ اخروٹ باریک پیس لیں۔ دودھ اتنا ابالیں کہ آدھا رہ جائے پھر اس میں چینی اور اخروٹ ڈالیں اور چمچ ہلاتی رہیں۔ خوب ہلائیں گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ ایک تھالی میں مکھن لگا کر الٹ دیں سطح ہموار کر کے ٹکڑے کاٹ لیں۔ تیار ہے، مزے سے کھائیں۔

مثانے کی گرمی

(حافظ اجمل۔۔۔لودھراں)

محترم حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب اسلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں آپ کا ماہنامہ عبقری بہت شوق سے پڑھتا ہوں اور پڑھنے کے بعد دل کو ایک تسلی مل جاتی ہے کہ ابھی اس دنیا میں کچھ ایسے لوگ بھی موجود ہیں جو دوسرے لوگوں کی تکلیف کو اپنی تکلیف محسوس کرتے ہیں۔ اسی بناء پر میں اپنا ایک آزمودہ تجربہ لکھ رہا ہوں۔ جو ایک حقیقت ہے۔ امید ہے یہ عبقری کے قارئین کے لیے فائدہ مند ثابت ہوتا گا۔

مجھے کافی عرصہ سے جریان کی شکایت تھی اور پیشاب کے بعد لیس دار سفید قطرے آتے تھے۔ کافی پریشان تھا ایک ریڑھی والے نے نسخہ بتایا میں نے آزمایا اور میں بالکل تندرست ہوگیا اور ہنسی خوشی اپنی زندگی گزار رہا ہوں۔

نسخہ ھو الشافی:۔ آدھا کلو گائے کا دودھ گرم کریں اور دودھ میں چھلکا اسپغول (6 چمچ چائے والے ڈالیں)، الائچی چھوٹی 5 عدد توڑ کر ڈال دیں۔ مصری اتنی ڈالیں کہ دودھ میٹھا ہو جائے۔ برتن کو بعد میں ہلالیں تاکہ سب کچھ مکس ہو جائے۔ ٹھنڈا کر کے فریج میں رکھیں اگر فریج نہ ہو تو باہر کسی اونچی جگہ پر رکھیں۔ صبح نماز کے بعد نہار منہ کھائیں اور کھانا ایک گھنٹہ بعد میں کھائیں۔ بفضل تعالیٰ ضرور فائدہ ہوگا۔ تقریباً ایک ہفتہ ضرور استعمال کریں۔

نوٹ:۔ نسخہ شدید سردی میں استعمال نہ کریں اس کے استعمال سے خون رک جاتا ہے۔ اور پریشانی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ گرمیوں میں اس کو استعمال کر سکتے ہیں۔

نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین ''ماہنامہ عبقری'' خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے مزین ہے۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP (وی پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، منگوانے والے اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔ قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ عبقری کو پہنچتا ہے حتیٰ کہ ہم سوچنے پر مجبور ہوگئے ہیں کہ آئندہ VP کی سہولت ختم کر دی جائے بلکہ عرض کیا جائے کہ پہلے رقم بھیجیں پھر ہم آپ کا آرڈر پوسٹ کریں گے۔ لہٰذا درخواست ہے اگر آپ VP منگوائیں تو اسے وصول ضرور کریں ورنہ آپ ''ماہنامہ عبقری'' کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔

مارچ کا مہینہ، آپ کی تندرستی میں معاون

انتخاب: فیصل شمسی۔ لاہور

حسب طاقت ایک شخص ایک میل سے پانچ میل تک روزانہ پیدل ہوا خوری کر سکتا ہے۔ کہ پیدل ہوا خوری سے آپ کی قوت برداشت بڑھ جائے گی اور پورے جسمانی نظام کو یکساں طور پر فائدہ پہنچے گا

مت بھولیں کہ ماہ مارچ موسم بہار کے آغاز و استقبال کا مہینہ ہے اس مہینے میں اپنے گلستان جسم کے پھولوں یعنی دل، دماغ، جگر اور معدہ کی، جن کو طبی اصطلاح میں اعضائے رئیسہ کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے، پورے غور و التفات سے نگہداشت کریں۔ یاد رکھیے آپ کی اس بر وقت اور ہوش مندانہ توجہ سے صرف اعضائے رئیسہ کو ہی فائدہ نہیں پہنچے گا بلکہ اس کے ساتھ ساتھ دوسرے اعضاء کو بھی خاطر خواہ فوائد حاصل ہوں گے۔

غور طلب امور:

مارچ بہ نظر ظاہر ہی نہیں، معنوی لحاظ سے بھی صحت انسانی کے لیے ایک دلکش و راحت افروز مہینہ ہے۔ لیکن یاد رکھیے کہ ماہ سرما کے آخر یعنی جنوری اور فروری کے ظہور پذیر ہونے کے باعث اس ماہ کی خصوصیات اپنے دامن میں بعض ایسے مضمرات بھی رکھتی ہیں کہ اگر ان کی طرف مناسب اور بروقت توجہ نہ کی جائے تو پھر اس مہینے کی دل آویزیوں اور کیفیتوں میں تکلیفیں اور پریشانیاں بھی شامل ہو سکتی ہیں۔ کیونکہ سرد موسم میں استعمال کردہ گرم تاثیر رکھنے والی غذاؤں کا ردعمل بہر حال جسم کے ایک ایک رگ و ریشے میں موجود ہوتا ہے اور اسے مناسب و متوازن تدابیر کے ساتھ ہی حد اعتدال پر لا کر اپنے جسم کی قوت برداشت اور اعصاب و جلد نیز قوائے ہاضمہ کو موسم بہار کے تقاضوں سے ہم آہنگ کیا جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں یوں سمجھیے کہ یہ مہینہ اپنے دامن میں عجیب و غریب اور خاموش آتش فشانی مادے رکھتا ہے۔ اس لیے اس مہینے کی سب سے بڑی ضرورت یہ ہے کہ ان مادوں کی سخت نگرانی کی جائے تاکہ آنے والے مہینے یعنی اپریل میں آپ کے جسم کو ناگوار اور پریشان کن نتائج کا سامنا نہ کرنا پڑے۔

ان احتیاطوں اور حفاظتی تدابیر کے اغماض کا نتیجہ ہی ہے کہ اپریل سے بہت سے لوگ خرابی خون اور متعدد جلدی عوارض (بالخصوص بچے) مثلاً خسرہ، موتی جھرہ، لاکڑا کاکڑا، کالی کھانسی، چیچک، فلو، وغیرہ کے عوارض سے دو چار ہوتے ہیں۔ اس قسم کے موسمی عوارض سے محفوظ رہنے کے لیے مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر کرنا بے حد سودمند ثابت ہوگا۔

1- زیادہ گرم تاثیر والے میوہ جات سے اجتناب کریں۔

2- رات کو جلد سوئیں اور علی الصبح بیدار ہونے کی عادت ڈالیں۔

3- ہر قسم کی شیریں غذائیں مثلاً مٹھائی، بالخصوص چینی بہت کم استعمال کریں۔ کیونکہ یہ خون میں فساد و خرابی پیدا کر کے شوگر جیسے موذی مرض کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔

پیدل ہوا خوری کا سیدھا طریقہ یہ ہے کہ علی الصبح سورج نکلنے سے ایک ڈیڑھ گھنٹہ پہلے نکل جایا کریں اور اس وقت لوٹا جائے جبکہ دھوپ زیادہ تیز نہیں ہوتی۔ ہو حسب طاقت ایک شخص ایک میل سے پانچ میل تک روزانہ پیدل ہوا خوری کر سکتا ہے۔ آپ دیکھیں گے کہ پیدل ہوا خوری سے آپ کی قوت برداشت بڑھ جائے گی اور پورے جسمانی نظام کو یکساں طور پر فائدہ پہنچے گا کہ اگر کسی مرض کے جراثیم آپ کے جسم کے اندر پہنچ بھی چکے ہوں گے یا جو موسمی رطوبات نظام جسمانی میں بیماریوں کو پالنے والی موجود ہوں گی ان کا اخراج حتمی طور پر عمل آ جائے گا۔ اگر زمین پتھریلی اور کنکریلی نہ ہو تو ننگے پاؤں پیدل ہوا خوری کرنے سے مطلوبہ نتائج برآمد ہوں گے۔ لیکن مشکل یہ ہے کہ شہروں میں اس طرح پیدل ہوا خوری ممکن نہیں ہے۔ اگر قصبات و دیہات کی کچی اور گھاس والی پگ ڈنڈیوں اور راستوں پر چلنے کا موقع میسر آ جائے تو یہ سب سے زیادہ مناسب صورت ہے۔

پیدل ہوا خوری کرتے وقت اس کا خیال رکھیے کہ آپ سیدھے ہوں آپ کی کمر جھکی ہوئی نہ رہے۔ سر بھی اٹھا رہے اور سینہ بھی ابھرا ہوا ہو۔ پیٹ جیسا رہتا ہے رہنے دیجیے۔ اس میں کسی قسم کا تناؤ نہ پیدا کیجئے۔ جیسا کہ بعض حضرات پیدل ہوا خوری کرتے وقت اسے اندر کی طرف پچکا لیتے ہیں۔ چلتے وقت اس کا خیال رکھیے کہ آپ کے پاؤں کے پنجے باہر کی طرف نہ نکلے ہوئے ہوں۔ بلکہ سیدھے سامنے کی طرف ہوں۔ اس سے پاؤں کی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے۔

پیدل ہوا خوری کے دوران میں یہ بھی کیجئے کہ ہر پانچ دس منٹ کے بعد ایک مرتبہ کافی گہرا سانس لیجئے اور اس سانس کو جتنے قدم تک آسانی کے ساتھ پھیپھڑوں میں روک سکتے ہیں، روکے رکھیے اور پھر خارج کیجئے۔ یہ خیال رہے کہ اس دوران میں آپکی رفتار میں کوئی فرق نہ آئے اور آپ برابر چلتے رہیں۔ اس سے یہ فائدہ ہوگا کہ پھیپھڑوں میں جتنا خون اپنے ساتھ کاربن لائے گا وہ سب اچھی طرح خارج ہو جایا کرے گا۔ اور پھیپھڑوں کی ہوائی نالیوں میں اتنی طاقت پیدا ہو جائے گی کہ انہیں بیرونی چھوت کا کوئی اثر نہ ہوگا اور نزلہ، زکام، دق اور دمہ کی بیماریاں ان میں اپنے اثرات قائم نہ رکھ سکیں گے۔

پیدل ہوا خوری کے ان فوائد کو جان لینے کے بعد اس بات کو سمجھنا مشکل نہ رہے گا کہ محض پیدل ہوا خوری ہی کے ذریعہ آپ نہ صرف اپنی بہت سی پرانی بیماریوں سے چھٹکارا حاصل کر سکتے ہیں اور آئندہ کے لیے بیماریوں سے محفوظ و مامون ہو سکتے ہیں بلکہ بہت جلد آپ کا شمار ورزشی قسم کے لوگوں میں ہونے لگے گا۔ یقین جانیے کہ وہ لوگ بھی جو اپنی بیمار حالت کی وجہ سے خود کو زندہ درگور سمجھتے ہیں، پیدل ہوا خوری سے اتنے تندرست ہو جائیں گے کہ ان کے متعلق کسی کو یہ خیال بھی نہیں ہوگا کہ وہ کبھی ایسے بیمار تھے کہ خود کو لب گور سمجھتے تھے۔

مردانہ بے اولادی کا ایک سبب

پاکستان میں بے اولادی کا تمام تر ذمے دار خواتین کو سمجھا جاتا ہے جب کہ خود مرد کی یہ کمی اس کا ایک سبب ہوتی ہے۔ کیا مرد کی اس خامی کا بہ آسانی کھوج لگایا جا سکتا ہے؟ (انتخاب: احمد علی...... لاہور)

مردانہ بے اولادی کا ایک اہم سبب مادۂ حیات میں کرم منی (اسپرمز) کی کمی اور ان کی کمزوری ہوتا ہے۔ لیکن ان کی کثرت بھی بے اولادی کا سبب ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں فی ملی لیٹر مردانہ جوہر میں ان سپرمز کی تعداد ۲۵۰ ملین یعنی ۲۵ کروڑ سے زیادہ ہوتی ہے۔

دنیا کے دیگر معاشروں کی طرح پاکستان میں بھی اولاد کا ہونا مردانہ برتری کی اہم علامت سمجھا جاتا ہے اور جیسا کہ ہم جانتے ہیں، جن مردوں کے مادۂ حیات میں اسپرمز کم ہوتے ہیں ان کے صاحب اولاد ہونے کے امکانات بھی کم ہوتے ہیں۔ پاکستان میں بے اولادی کا تمام تر ذمے دار خواتین کو سمجھا جاتا ہے جب کہ خود مرد کی یہ کمی اس کا ایک سبب ہوتی ہے۔ آج جب کہ اس کا کھوج لگانے کے وسائل حاصل ہیں، مرد کی اس خامی کا بہ آسانی کھوج لگایا جا سکتا ہے۔

نارمل تعداد کیا ہے؟

مادۂ حیات میں کرم منی کی کم از کم تعداد 250 ملین فی ملی لیٹر ہے۔ اس سے کم تعداد کو طبی اصطلاح میں کمی یا فقدان منی (Azoospermia) کہتے ہیں۔

اس طرح منی میں ملی لیٹر ۲۵۰ ملین سے زیادہ اسپرمز کی موجودگی حوین مجتمعہ (Polyzoospermia) کہلاتی ہے۔ یہ کیفیت معمول کے مطابق نہیں سمجھی جاتی اور یہ شاذ صورت قرار دی جاتی ہے۔ اس سلسلے میں ماضی میں بھی پاکستانی مردوں میں ان دونوں کیفیات پر تحقیق ہو چکی ہے، لیکن پچھلے پانچ سال میں اندرون و بیرون ملک ۱۲۰۱ پاکستانی مردوں میں ان دونوں کیفیات کا مزید کھوج لگایا گیا ہے

تحقیق کا طریقہ:

نیشنل ریسرچ انسٹی ٹیوٹ آف دی پروڈ کیٹو فزیالوجی نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیلتھ اسلام آباد، ڈیپارٹمنٹ آف بایولوجیکل سائنسز، قائداعظم یونیورسٹی اسلام آباد، وزارتِ صحت مسقط اومان میں ہونے والی اس مشترکہ تحقیق میں مختلف ہسپتالوں سے مریضوں کے مادۂ حیات کے نمونے حاصل کر کے تحقیق کے لیے بھیجے گئے تھے۔ اس کا مقصد ان میں اسپرمز کی کمی یا کثرت کا کھوج لگانا تھا۔

اس تحقیق میں مادۂ حیات کی مقدار، اس میں اسپرمز کی نقل و حرکت کی صلاحیت اور تعداد کا تعین عالمی ادارۂ صحت کے مقررہ معیار کے مطابق کیا گیا۔

نتائج:

شاملِ تحقیق ۱۲۰۱ مریضوں کے ان نمونوں کے تجزیے سے انکشاف ہوا کہ صرف تین مریضوں میں کثرتِ کرم (۰.۲۵ فی صد) کی کیفیت موجود تھی۔ اس کے برخلاف کثرت کرم کی شرح دیگر ملکوں میں یہ تھی۔ میکسیکو ۱۳ فیصد، جرمنی ۱.۷۵ فی صد، جنوبی افریقہ ۵ فی صد، امریکا ۲.۴ فی صد پائی گئی۔

ان مریضوں میں سے صرف دو میں ۲ ملی لیٹر سے کم منی پائی گئی، لیکن اور خصوصیات جیسے اسپرمز کی نقل و حرکت وغیرہ معمول کے مطابق تھے۔ ۲ ملی لیٹر منی والے مرد کے مادۂ حیات میں سرگرم نقل و حرکت ۳۵ فی صد پائی گئی۔ مادۂ حیات میں اسپرمز کی سب سے زیادہ تعداد ۶۶۰ ملین ملی لیٹر پائی گئی جب کہ اس سے پہلے امریکا کے ایک مطالعے میں انتہائی تعداد ۱.۷۵ بلین درج ہو چکی ہے۔ اس سے قبل پاکستان میں بھی اسپرمز کی انتہائی تعداد ۶۰۰ ملین درج ہوئی تھی۔

کثرتِ اسپرمز کی صورت میں کرم منی کی نقل و حرکت کی صلاحیت یا گنجائش کم ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت میں اسپرمز کے اگلے سرے جو برچھی جیسے ہوتے ہیں، زنانہ انڈے میں داخل ہونے کی صلاحیت نہیں رکھتے جس کی وجہ سے استقرار حمل کا عمل نہیں ہوتا۔ بے اولادی کے سلسلے میں اس کیفیت کا جائزہ لینا بھی ضروری ہے۔ اسپرمز کی کمی ہی نہیں، ان کی کثرت بھی اس کا ایک اہم سبب ہو سکتی ہے۔ پاکستان میں اس سلسلے میں مزید تحقیق کی بڑی ضرورت ہے۔

دنیا میں کوئی چیز بے فائدہ نہیں

اُلو رات کی تاریکی میں کیڑوں یا جانوروں کی صرف آواز سے انکے مقام کا پتہ لگا لیتا ہے (تحریر: مولانا وحید الدین خاں)

اُلو کو عام طور پر نحوست اور بیوقوفی کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ بہت سے لوگ اس کو بیکار سمجھ کر مار ڈالتے ہیں۔ مگر حقیقت یہ ہے کہ خدا کی دنیا میں کوئی چیز بے فائدہ نہیں۔ الو ہماری زراعت اور فصلوں کے لیے بے حد مفید ہے۔ کیوں کہ وہ فصل کو نقصان پہنچانے والے کیڑوں کو شکار کر کے انہیں کھا جاتا ہے۔ الو کی غذا نقصان رساں کیڑے اور موذی جانور ہیں۔ اس اعتبار سے تو وہ بہت سے انسانوں سے اچھا ہے جو محض اپنی حرص اور اپنے اقتدار کے لیے لوگوں کو ہلاک کرتے ہیں۔ جو کارآمد چیزوں کو برباد کر کے فتح حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

اُلو کی 130 قسمیں معلوم کی گئی ہیں۔ وہ چار اونس سے لے کر چھ پاؤنڈ تک کے ہوتے ہیں۔ اسی اعتبار سے ان کی غذا کی مقدار بھی مختلف ہے۔ چھوٹے الو تقریباً سات اونس خوراک کھاتے ہیں اور بڑے الو دو پونڈ سے زیادہ تک کھا جاتے ہیں۔ الو عام طور پر رات کے وقت شکار کرتے ہیں۔ وہ بڑے کیڑے، چوہے، چھپکلیاں، سانپ، چھوٹے خرگوش وغیرہ کو پکڑتے ہیں۔ یہ تمام چیزیں وہ ہیں جو زراعت کو یا انسان کو نقصان پہنچانے والی ہیں۔

اُلو کے جسم کی بناوٹ شکار کے کام کے لیے نہایت موزوں ہے۔ مثلاً ایک ماہر طیور کے لفظوں میں، وہ رات کے وقت انتہائی خاموش پرواز (Silent Fight) کی صلاحیت رکھتا ہے۔ وہ رات کی تاریکی میں کیڑوں یا جانوروں کی صرف آواز سے انکے مقام کا پتہ لگا لیتا ہے اور تیزی اور خاموشی سے وہاں پہنچ کر اچانک ان کو پکڑ کر نگل جاتا ہے۔ خدا کی دنیا میں کوئی چیز بے فائدہ نہیں۔ یہاں کوئی چیز حکمت سے خالی نہیں۔ خدا کی دنیا میں الو جیسی چیز بھی اس کا ایک مفید جز ہے۔ ایسی حالت میں جو انسان دنیا میں اس طرح رہیں کہ انہوں نے دوسروں کے لیے اپنی افادیت کھو دی ہو یا جو دنیا کے مجموعی نظام میں ایک فائدہ بخش عنصر کی حیثیت نہ رکھتے ہوں۔ جو انسانی سماج میں مفید حصہ بننے کے بجائے مضر حصہ بن گئے ہیں۔ وہ بلا شبہ خدا کی نظر میں الو سے بھی زیادہ بے قیمت ہیں۔ ایسے لوگوں کی ضرورت نہ خدا کو ہے اور نہ عام انسانیت کو۔

امام ابو حنیفہ رحؒ کا احتیاط و تقویٰ

جس کے مکان کا سایہ ہے، وہ میرا مقروض ہے۔ مقروض سے فائدہ اٹھانے میں، اس سے سود کا امکان ہو سکتا ہے۔ اس لیے میں اس مکان کے سایہ میں کھڑا نہیں ہوتا۔

(تحریر: حافظ خالد محمود۔ قرطبہ مسجد لاہور)

حضرت یزیدؒ بن ہارون حضرت امام بخاریؒ کے دادا استاد تھے اور امام ابو حنیفہؒ کے شاگرد تھے۔ فرماتے ہیں کہ ایک جنازہ تھا، دوپہر کا وقت تھا۔ جنازے کے انتظار میں لوگ گھر سے باہر کھڑے تھے۔ دھوپ تیز تھی، گرمی کی شدت تھی۔ کوئی سایہ نہیں تھا سوائے ایک مکان کے۔ ہم اس مکان کے سائے میں کھڑے تھے۔ اتنے میں امام صاحبؒ تشریف لائے اور جب تشریف لائے تو وہ سائے میں کھڑے ہونے کی بجائے دھوپ میں کھڑے ہوگئے۔ ہم نے گزارش کی کہ حضرتؒ سائے میں تشریف لائیں تو حضرتؒ نے فرمایا کہ میں جہاں کھڑا ہوں ٹھیک کھڑا ہوں۔

یزیدؒ بن ہارون فرماتے ہیں کہ میں حضرتؒ کے قریب گیا اور حضرتؒ سے گزارش کی کہ حضرت میں آپ کو قسم دے کر کہتا ہوں کہ آپ مجھے وجہ بتائیں کہ آپ سائے میں کیوں تشریف نہیں لانا چاہتے؟ حضرت نے فرمایا کہ آپ نے قسم دے کر پوچھا ہے اس لیے غلط بیانی تو نہیں کرسکتا۔ بات یہ ہے کہ یہ مکان والا کہ جس کے مکان کا سایہ ہے، وہ میرا مقروض ہے۔ مقروض سے فائدہ اٹھانے میں، اس سے سود کا امکان ہوسکتا ہے۔ اس لیے میں اس مکان کے سایہ میں کھڑا نہیں ہوتا۔

حضرت شفیق بلخیؒ بہت بڑے بزرگ اور بہت بڑے محدث بھی ہیں۔ یہ بھی حضرت امام ابو حنیفہؒ کے شاگرد ہیں۔ حضرت شفیق بلخیؒ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ میں حضرتؒ کے ساتھ جارہا تھا دیکھا کہ سامنے سے ایک آدمی آرہا ہے اور وہ ایک دم گلی مڑ گیا۔ محسوس یوں ہوا کہ ہمیں دیکھ کر مڑا ہے تو حضرتؒ نے یہ بات فرمائی ہے کہ یہ شخص ہمیں دیکھ کر گلی مڑا ہے معلوم نہیں اسے ہم سے کیا خوف تھا؟ آؤ چلیں اس کا خوف دور کریں۔ ہم تیزی سے چلتے ہوئے اس کے قریب پہنچے اور اس کو جالیا۔ سلام کیا اور پھر حضرتؒ نے سوال کیا کہ یوں معلوم ہوتا ہے کہ آپ ہمیں دیکھ کر گلی مڑے ہیں۔ کیا وجہ آپکو ہم سے کیا خوف تھا یا کس نقصان کا اندیشہ تھا؟ اس نے جواب دیا کہ حضرت شاید آپ کو یاد نہیں رہا کہ میں نے آپ سے دس ہزار درہم قرض لیا تھا اور اس کی ادائیگی کا وعدہ بھی کیا تھا۔ وعدے کا وقت گذر چکا ہے اور میری حالت یہ ہے کہ میں قرض واپس کرنے کے قابل نہیں ہوں۔ اس شرمندگی کی وجہ سے میں نے یہ راستہ بدلا ہے کہ کہیں سامنے آنے سے آپ مجھ سے مطالبہ نہ کرلیں۔ حضرتؒ نے فرمایا کہ ہمارا مال ایسا مال ہوگیا کہ جس نے لوگوں سے چلنے پھرنے کی آزادی چھین لی۔ حضرت نے فرمایا کہ میں نے تجھے اللہ کی رضا کے لیے دس ہزار درہم معاف کیے۔ اتنی بڑی رقم معاف کر دینا کوئی معمولی بات نہیں تھی۔ معاف کرنے کے بعد اس کے سامنے ہاتھ جوڑ کر کھڑے ہو گئے اور فرمایا کہ میری وجہ سے جو تجھے راستہ بدلنے کی تکلیف ہوئی، خدا کے لیے قیامت میں مجھ سے اس بات کا سوال نہ کیجئے گا۔

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

معاہدہ صلح ترتیب دیا۔ اس میں عیسائیوں کو مراعات عطا فرمائیں اس معاہدے کو خود آپؓ نے لکھا، چنانچہ تحریر کیا گیا: ''یہ وہ امان ہے جو اللہ کے غلام امیر المؤمنین عمرؓ نے لوگوں کو دی، یہ امان ان کی جان، مال، گرجا، صلیب، تندرست، بیمار اور ان کے تمام مذاہب والوں کے لیے ہے۔ وعدہ کیا جاتا ہے کہ نہ ان کے عبادت خانوں پر قبضہ کیا جائے گا، نہ انہیں گرایا جائے گا، نہ ان کو اور نہ ان کے احاطے کو کچھ نقصان پہنچایا جائے گا۔ ان کے دینی معاملات میں کوئی مداخلت نہ کی جائے گی۔ مذہب کے بارے میں ان پر جبر نہ کیا جائے گا، نہ ان میں سے کسی کو نقصان پہنچایا جائے گا۔'' اس فیاضانہ سلوک کا یہ نتیجہ ہوا کہ عیسائی بطریق نے حضرت عمرؓ کو اپنے مقدس گرجے میں نماز پڑھنے کی اجازت دی۔ اس کے متعلق ایک عیسائی مصنف کا بیان ملاحظہ ہو: ''یہ بھی بیان کیا جاتا ہے کہ جب بطریق نے حضرت عمرؓ کو مقدس عیسائی گرجا میں نماز پڑھنے کی دعوت دی تو حضرت عمرؓ نے اس بنیاد پر انکار کیا کہ اگر وہ ایسا کریں گے، تو پھر مسلمان آئندہ اس واقعے کو اس امر کی نظیر بنالیں گے اور عیسائیوں کو کلیسا سے بے دخل کر دیں گے اور کلیسا کو مسجد بنالیں گے۔'' آپ نے باہر نکل کر سیڑھیوں پر تنہا نماز ادا کی، پھر بطریق کو اس مضمون کی ایک تحریر بھی لکھ کر دے دی کہ گرجا کی سیڑھیوں پر بھی جماعت کے ساتھ نماز ادا نہ کی جائے اور نہ اذان دی جائے۔

گنّا آپ کی صحت کا ضامن

ضعف جگر کے مریضوں کو روزانہ گنے کا رس پینا انتہائی مفید ہے۔

(انتخاب: ماجد صدیق۔ فیصل آباد)

عربی قصب۔ فارسی نیشکر

سندھی کمند انگریزی Sugarcane

اس کا رنگ سرخ وسفید سبزی مائل ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک بقدر ہضم ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں اور مزاج گرم تر ہوتا ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

گنے کے فوائد:

(1) گنا مفرح قلب ہوتا ہے (2) یہ ملین طبع اور پیشاب آور ہے (3) گنے کی گنڈیریاں چوسنے سے دانت مضبوط ہوتے ہیں (4) منہ سے بدبو آنے کو روکتا ہے (5) اس کا متواتر استعمال جسم کو فربہ کرتا ہے (6) اس میں کیلشیم، فولاد، میگنیز کے علاوہ وٹامنز بی اور سی پائے جاتے ہیں (7) گنے کے رس کی کھیر بہت لذیز ہوتی ہے اور یہ کھیر زود ہضم ہوتی ہے (8) خون کو صاف کرتا ہے اور حدت کو دور کرتا ہے۔

(9) پھیپھڑے اور سینے کی جلن کو دور کرتا ہے (10) اس کا زیادہ استعمال معدہ، نفاخ اور پھیپھڑوں کو نقصان دیتا ہے۔

(11) بلغم نکالتا ہے بشرطیکہ معمولی حد تک ہو (12) بادی اور بلغم کی زیادتی والے مریض اس کو استعمال نہ کریں، کیونکہ یہ اس مرض کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے (13) آدھ سیر گنے کے رس میں دو ہلکی چپاتیوں کے برابر غذائیت ہوتی ہے اور معدہ اسے دو گھنٹے میں ہضم کرلیتا ہے (14) اس کا رس پینے سے تازہ اور قدرتی گلوکوز حاصل ہوتی ہے جو ہڈیوں کو مضبوط بنانے کے لیے مفید ہے۔ مگر ذیابیطس کے مریض گنے کے رس کا استعمال نہ کریں (15) اگر ایک سیر گنڈیریاں رات کو اوس میں رکھ کر صبح نہار منہ چوس لی جائیں تو دل کی گرمی اور دھڑکن میں بے اعتدالی دور ہو جاتی ہے اور صفرا کا غلبہ کم ہو کر چڑچڑا پن بھی دور ہو جاتا ہے (16) گنے کو بھوبل میں دبا کر چوسنے سے بلغم گلے سے نکلتی ہے اور صاف ہو جاتی ہے (17) ضعف جگر کے مریضوں کو روزانہ ایک پاؤ گنے کا رس پینا انتہائی مفید ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اعصاب اور ذہن پر کنٹرول ✿ ڈراؤنے خوابوں سے نجات ✿ خودکشی حرام ہے ✿ جنّات ڈراتے ہیں

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

خوف اور احساس محرومی

(عرفان۔۔۔آزاد کشمیر)

نویں جماعت میں تھا تو برے لڑکوں کی صحبت میں پڑ گیا اور تین سالوں میں خود کو تباہ کر لیا۔ تعلیم کے میدان میں بھی بہت پیچھے رہ گیا ہوں۔ رات، ناپسندیدہ خوابوں میں گزار دیتا ہوں۔ حال یہ ہے کہ ذرا سا وزن اٹھانا میرے لیے ممکن نہیں رہا۔ اپنے مستقبل سے سخت خوفزدہ ہوں۔ غربت کی وجہ سے دوا بھی نہیں خرید سکتا۔

جواب: آپ کو دوا کی ضرورت نہیں ہے۔ اپنے خیالات میں تبدیلی پیدا کریں۔ خوف اور احساس محرومی کے خیالات کو دور کریں۔ اس کے لیے رات کو سونے سے پہلے آرام دہ حالت میں لیٹ کر آنکھیں بند کر لیں اور اندازاً نصف گھنٹے تک **یا حفیظ** پڑھنے کے بعد سو جائیں یہ عمل کم از کم تین ماہ کیا جائے۔

رشتے نہیں آتے

(عشرت۔۔۔جھنگ)

میری عمر بیس سال کے قریب ہے۔ میں بہت پریشان ہوں کیوں کہ میرے لیے رشتے نہیں آتے۔ میری والدہ کا انتقال ہو چکا ہے اور ہمارا گھرانہ غریب ہے۔ اس لیے بھی لوگ توجہ نہیں دیتے۔ کسی کا کہنا ہے کہ رکاوٹیں پیدا کرنے کے لیے کسی حاسد نے عمل وغیرہ کرایا ہے۔

جواب:۔ اللہ تعالیٰ پر بھروسہ و یقین رکھیں کہ وقت آنے پر آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ روزانہ رات کو اول آخر گیارہ گیارہ درود شریف کے ساتھ ساتھ گیارہ بار سورۃ اخلاص اور سو مرتبہ ”**یا قاضی الحاجات**“ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں دعا کیا کریں۔ نوے دنوں تک۔

کاروبار نہ ہونے کے برابر

(رشید احمد۔۔۔ڈیرہ نواب صاحب)

میرا جنرل اسٹور ہے، عرصہ تین سال سے کاروبار نہ ہونے کے برابر رہ گیا ہے، گھر کا خرچ چلانا بھی دشوار ہو گیا ہے۔ کاروبار میں لوگوں کا مقروض ہو گیا ہوں اور قرض خواہ پریشان اور بے عزت کر رہے ہیں۔ کوئی تدبیر کارگر نہیں ہو رہی۔ حالات کے بھنور میں پھنس کر رہ گیا ہوں۔

جواب: ”الٓمّٓ o اَللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ“ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 1) روزانہ رات کو سو بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں حالات کی مناسبت سے دعا کریں۔ اس وظیفے کو کم از کم نوے دنوں تک پڑھا جائے۔ انشاء اللہ ایسے حالات جلد سامنے آئیں گے کہ ان کے ذریعے آپ اس مشکل صورتحال سے نکل سکیں۔ اپنی استطاعت کے مطابق پابندی سے مستحق وضرورت مند افراد کی مالی مدد کیا کریں۔

ذہنی دباؤ

(فیصل۔۔۔مظفر گڑھ)

میں عرصے سے ذہنی دباؤ میں گرفتار ہوں، ہر وقت دماغ پر ایک بوجھ سا محسوس کرتا رہتا ہوں، نماز بھی یکسوئی اور درست طریقے سے ادا کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ والد بھی پریشانیوں میں مبتلا ہیں۔ ان کا تبادلہ دوسرے شہر میں ہو گیا ہے۔ والدہ بیمار رہتی ہیں۔ ان تمام الجھنوں کے بارے میں جب سوچتا ہوں تو اور زیادہ پریشان ہو جاتا ہوں۔

جواب: نماز فجر اور عشاء کے بعد سو سو بار ”**یا حی یا قیوم**“ کا ورد کیا کریں۔ گھریلو حالات کے لیے کوئی فرد روزانہ رات کو تین سو بار ”**یا اللہ یا رحمن یا رحیم**“ پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کیا کرے، نوے دنوں تک۔

اعصاب اور ذہن پر کنٹرول

(شاہدہ کوثر۔۔۔کوٹ ادو)

کسی سے بات کرتی ہوں تو بے حال ہو جاتی ہوں، آواز اور اندازہ دونوں بدل جاتے ہیں۔ کبھی غصہ آ جاتا ہے تو خود پر قابو ختم ہو جاتا ہے اور بولتے وقت آواز نہایت بھدی اور بے ہنگم ہو جاتی ہے۔ الفاظ بھی بے ربط ہونے لگتے ہیں۔ آپ مجھے ذہنی و اعصابی کنٹرول اور یکسوئی کے لیے کوئی روحانی عمل بتائیں۔

جواب:۔ رات کو سونے سے پہلے آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آنکھیں بند کر لیں۔ تصور کریں کہ پانی کا ایک حوض یا تالاب ہے۔ جس کے پانی کا رنگ نیلا ہے۔ اور آپ اس میں ڈوبی ہیں۔ کم از کم دس پندرہ منٹ یہ تصور کرنے کے بعد سو جائیں۔ انشاء اللہ بہت جلد ذہن اور اعصاب پر کنٹرول حاصل ہو جائے گا۔

ڈراؤنے خوابوں سے نجات

(عظمیٰ بخاری۔۔۔کورنگی)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے رات روزانہ ڈراؤنے خواب آتے ہیں اور یہ خوابوں کا سلسلہ سالوں سے جاری ہے۔ ہر وقت دل میں کھٹکا رہتا ہے کہ شاید میرے اوپر جنات کا اثر ہے اور اس اثر کی وجہ سے میرا دل پھٹ جائے گا اور مر جاؤں گی۔ میرے پیچھے اکثر بلائیں دوڑتی رہتی ہیں۔ میں باوجود کوشش کے ان بلاؤں سے نہیں بچ سکتی اور خواب میں وہ آفات مجھے زخمی کرتی رہتی ہیں۔ بعض اوقات تو بہت کچھ پڑھ کر سوتی ہوں لیکن پھر بھی خواب آنا نہیں چھوڑتے۔ اس کا کیا حل کروں؟ مجھے آپ کا دراصل میری ایک ملنے والی ٹیچر خاتون نے بتایا۔ اس کا بھی کوئی مسئلہ تھا اس نے آپ سے رابطہ کیا اور آپ کے مشورے پر عمل کیا۔ اسے بہت فائدہ ہوا۔ میں آپ کے جواب کا شدت سے انتظار کر رہی ہوں۔

جواب: بہن دراصل بات یہ ہے کہ آپ کے گھر میں آسیب کا ڈیرہ ہے، جس کی وجہ سے وہ مخلوق آپ کو تنگ کرتی ہے، آپ اس کا علاج یوں کریں رات کو سوتے وقت باوضو سوئیں اور آخری قل سات سات دفعہ اول و آخر سات مرتبہ درود شریف پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک کر پورے بدن پر مل لیں اور جب تک نیند نہ آئے اس وقت تک آیۃ الکرسی پڑھتی رہیں۔ اس کے علاوہ اپنے گھر میں سورۃ بقرہ کا آخری رکوع، سورۃ حشر کا آخری رکوع اور دو انمول خزانے ٹیپ ریکارڈ میں بھر کر

گھر میں ہر وقت چلاتے رہیں' ہلکی آواز سے یہ گھر میں ہر وقت چلتے رہیں۔ اگر آپ کے پاس دوانمول خزانہ والی کتاب نہ ہوں تو جوابی لفافے پر دس روپے کا ٹکٹ لگا کر بھیج دیں۔ آپ کو مفت دوانمول خزانے کا کتابچہ ارسال کر دیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام قارئین بھی دوانمول خزانے (ایک کاپی) منگوا سکتے ہیں لیکن شرط یہ ہے کہ پتہ لکھا ہوا اور دس روپے کے ٹکٹ لگے ہوئے ہوں۔ جوابی لفافے کا آنا ضروری ہے۔

خودکشی حرام ہے

(رفعت بھیرہ۔۔۔سرگودھا)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری شادی کو سترہ سال ہو گئے ہیں۔ جب سے میں اس گھر میں آئی ہوں ناچاکی، گھریلو پریشانیاں ہر وقت رہتی ہیں۔ میری نندیں اور ساس ہر وقت جہیز کم لانے کا شکوہ کرتی ہیں بلکہ ایک دو دفعہ انہوں نے مجھے زہر دے کر اور آگ لگا کر قتل کرنے کی کوشش بھی کی۔ لیکن کیا کروں چھوٹے چھوٹے بچے اور بوڑھی ماں کے وہ الفاظ سامنے آتے ہیں کہ بیٹی اب تیرا جنازہ خاوند کے گھر سے ہی نکلنا ہے۔ بس اس قول کی لاج رکھ رہی ہوں ورنہ تو زندگی پریشان اور اجیرن ہے۔ کئی دفعہ سوچا کہ خودکشی کرلوں لیکن اسلامی زندگی کے پیش نظر خودکشی حرام ہے ورنہ اپنے آپ کو میں پہلے ہی ہلاک کر چکی ہوتی' لہٰذا مہربانی کر کے مجھے میرے مسئلے کا روحانی شافی حل بتائیں۔

جواب: محترمہ آپ میری تین باتوں پر عمل کریں۔ گھر جنت کا نمونہ بن جائیگا انشاء اللہ تعالیٰ۔ سب سے پہلے جس طرح آپ نے صبر اور استقامت سے سابقہ وقت گزارا ہے اس پر مزید صبر کریں۔ بہن ہمیشہ حالات یکساں نہیں رہتے۔ سورج آخر غروب ہوگا اور خزاں آخر بہار میں بدلے گی۔ ضرور اس بہار کے انتظار میں زندگی کے شب وروز گزریں گے یعنی صبر و استقامت میں اور زیادہ کوشش کریں۔ دوسرا' سورۃ مریم ایک بار اول آخر گیارہ دفعہ درود شریف پڑھیں اور اپنے مسئلے کے لیے دعا کریں' بے شمار لوگوں نے آزمایا اور نہایت مفید پایا تیسرا اٹھتے بیٹھتے **"یا ستار ، یا غفار"** بکثرت پڑھیں کم از کم پانچ سو مرتبہ تو پڑھ ہی لیں ایک اور عمل بھی اس کے ساتھ کرلیں جب بھی گھر میں کوئی چیز پکائیں' کپڑا دھوئیں' صفائی کریں' یعنی گھر کا کوئی بھی کام کاج آپ کرنا چاہیں تو سات دفعہ **بسم اللہ الرحمن الرحیم** پڑھ لیا کریں۔ اس سات دفعہ **بسم اللہ الرحمن الرحیم** کا ایک وظیفہ عرض کرتا ہوں کہ مجھ سے کئی گھرانوں نے بے برکتی، معاشی پریشانی، گھریلو تنگی اور کاروباری مسائل کا شکوہ کیا۔ میں نے انہیں جب بھی سات دفعہ **بسم اللہ الرحمن الرحیم** ہر کام کرنے سے پہلے پڑھنے کا مشورہ دیا اور انہوں نے باقاعدگی سے ایسا پڑھنا شروع کر دیا تو اللہ تعالیٰ نے نہایت کرم نوازی فرمائی اور ان کے مسائل مشکلات پریشانیاں جلد از جلد حل ہونے لگیں۔

نظر بد کا اثر

(مبارک بی بی نواب شاہ)

آج سے تین ماہ قبل میں ایک میت پر گئی۔ قریبی عزیز تھے وہاں سارا دن رہی۔ تدفین کے بعد واپس گھر آئی تو جسم بھاری بھاری اور بوجھل بوجھل تھا۔ میں نے سمجھا کہ شاید موت کے غم کے اثرات ہیں لیکن وہ کیفیت بڑھتی گئی اور آج تک جوں کی توں ہے۔ اس سلسلے میں' میں نے دل کے ڈاکٹروں کو دکھایا۔ ای سی جی، خون کے ٹیسٹ، ایکسرے اور پیشاب کی تمام رپورٹیں بالکل صحیح نکلیں۔ ہومیو پیتھک علاج بھی کیا۔ تھوڑا سا دیسی علاج اور بکرے کا صدقہ بھی دیا۔ لیکن تھوڑے سے فوائد کے بعد مرض اپنی اصلی حالت میں آجاتی ہے۔ ایک پیر صاحب کے پاس گئی انہوں نے حساب لگایا اور کہا کہ آپ پر کسی نے جادو کیا ہے۔ تین ہفتے انہوں نے علاج کیا اور ہزاروں روپے خرچ ہو گئے اس طرح ایک اور قاری صاحب نے قرآن مجید سے فال نکالی اور پھر کچھ ماش کے دانے پڑھ کر دیئے۔ ان ماش کے دانوں کو اپنے سر کی پچھلی طرف پھینکنا ہوتا تھا۔ لیکن مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ فائدہ نہ ہوا آپ کا کالم ہر ماہ بہت زیادہ دلچسپی اور عقیدت سے پڑھتی ہوں۔ دل میں آیا کہ آپ سے مشورہ کر کے دیکھوں۔ مہربانی کر کے میرے مسئلہ کا حل بتائیں۔

جواب: بہن یہ مسئلہ آپ کا نہیں بلکہ تمام بہنوں کا ہے کہ جب وہ گھر سے باہر نکلتی ہیں تو بن سنور کر نکلتی ہیں اور کسی محفل میں اگر جانا ہوتا ہے تو چونکہ وہاں ہر قسم کا چہرہ ہوتا ہے اور بعض خواتین نہ چاہتے ہوئے بھی نظر بد لگا دیتی ہیں۔ یہ دراصل آپ کو نظر بد لگی ہوئی ہے بلکہ احادیث میں تو نظر بد جنات کے ذریعے بھی لگنا ثابت ہے اور انسانوں کی نظر کو حدیث میں حق کہا گیا کہ انسانوں کی نظر واقعی لگتی ہے۔ میرے پاس کئی لوگ ایسے آتے ہیں جو بظاہر بیمار، پریشان، کھانا ہضم نہیں ہوتا، بیماری روز بروز بڑھتی جارہی ہے، جسم کمزور ہوتا جا رہا ہے۔ لیکن جب ان پر روحانی نظر ڈالی گئی تو محسوس ہوا کہ اس پر نظر بد کے اثرات ہیں۔ جب ان کا علاج کیا گیا تو باقاعدہ فائدہ ہوا۔ اس لیے ایک تو تمام بہنوں سے درخواست کہ وہ گھر میں بھی اور گھر سے باہر بھی اپنے اندر سادگی کی عادت ڈالیں اور مندرجہ ذیل عمل کریں۔ **بسم اللہ الرحمن الرحیم** کے بعد **اَلْاِسْلَامُ حَقٌّ اَلْکُفْرُ بَاطِلٌ** اول آخر سات دفعہ درود شریف اکیس دفعہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کریں یا جس کسی کی نظر بد لگی ہو اس پر دم کریں اور اس کے علاوہ سورۃ القریش سات دفعہ روزانہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیا کریں۔

جنات ڈرانے لگے

(محمد طفیل، فیصل آباد)

میں نے دوانمول خزانے، آپ کے مشورے سے پڑھنے شروع کیے۔ مجھ پر عرصہ دراز سے جنات کے اثرات تھے۔ میں نے کثرت سے دوانمول خزانے پڑھے۔ آپ کی بتائی ہوئی ترتیب کے مطابق اول آخر گیارہ مرتبہ درود شریف اور اکیس مرتبہ دوانمول خزانے میں نے پڑھا۔ ایک رات میں یہ پڑھ رہا تھا اور پڑھتے ہوئے مختلف چھوٹے اور بڑے جنات، سائے کی طرح میرے سامنے آگئے اور مجھے ڈرانے لگے۔ مختلف قسم کی خطرناک آوازیں نکالنے لگے' لیکن میں نے چونکہ آپ سے سن رکھا تھا اس لیے پڑھنا نہ چھوڑا اور مستقل مزاجی سے پڑھتا رہا۔ تھوڑی دیر بعد وہ چلے گئے۔ دوسری رات میں پڑھنے بیٹھا تو پھر ایسا ہی ہوا لیکن میں نے پڑھنا نہ چھوڑا۔ ستائیس راتیں ایسا مستقل ہوتا رہا۔ آخر کار جنات کا حاضر ہونا ختم ہو گیا۔ مزید مجھے یہ بتائیں کہ میں یہ عمل جاری رکھوں' مجھے بہت فائدہ ہے کہ میری بلا ٹل گئی ہے اور میں مطمئن ہوں۔

جواب: محترم آپ دوانمول خزانے توجہ سے پڑھتے رہیں اور اسکے ساتھ **"یا حافظ، یا حفیظ، یا سلام"** روزانہ اکتالیس مرتبہ صبح وشام پڑھیں۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب مدیر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

کامیاب انسان وہی ہے جو اپنی ناکامیوں کو تسلیم نہیں کرتا، بلکہ ہر شکست کے بعد اور زیادہ تندہی سے اپنے کام میں مصروف ہو جاتا ہے

صفائی کا فوبیا

میری شریک حیات کو کچھ عرصے سے یہ شکایت پیدا ہو چلی ہے کہ میں اسے کولہو کا بیل سمجھتا ہوں۔ اس کی صحت پر توجہ نہیں دیتا۔ مجھے گھر سے کوئی دلچسپی نہیں۔ میرے ساتھ شادی کر کے وہ عذاب میں مبتلا ہو گئی ہے، وغیرہ وغیرہ۔ حقیقت یہ ہے کہ میں فطرتاً خاموش طبع ہوں۔ اس کے معاملات میں بہت کم دخل دیتا ہوں۔ دفتر سے آنے کے بعد شام کو کوئی کتاب یا رسالہ پڑھنے بیٹھوں تو محترمہ خواہ مخواہ ناک بھوں چڑھانے لگتی ہیں اور بعض اوقات تو کتاب وغیرہ چھین کر لے جاتی ہیں۔ ایسے میں بچے بھی ان کی طرفداری کرتے ہیں۔ بتلایئے اس سے بڑی زیادتی کیا ہوگی؟ محترمہ کو نہ جانے صفائی سے کیوں چڑ ہے؟ بارہا کہنے کے بعد بھی اس کے کانوں پر جوں تک نہیں رینگتی۔ میں نے اس کے آرام کی خاطر ایک ملازمہ بھی رکھی ہوئی ہے۔ گزشتہ چند دنوں سے ہمارے درمیان کشیدگی بڑھ گئی ہے۔ اس کا حل اس نے یہ سوچا کہ عزیزوں کو جمع کروا کر مجھ پر رعب اور دباؤ ڈالے، مگر میں نے تہیہ کر رکھا ہے کہ اگر ایسا ہوا تو طلاق کا انتہائی اقدام تک کر گزروں گا۔ ایسے حالات میں میرے لیے دوسری کیا صورت باقی رہ جاتی ہے؟ (الف۔الف۔۔۔کراچی)

جواب: آپ نے اپنے گھریلو تنازعے کے جو وجوہ بتائے ہیں، ذرا اُن پر ٹھنڈے دل سے غور کریں کیا یہ کسی خاص سلوک یا طرز عمل کا نتیجہ تو نہیں؟ شکایت ہمیشہ دوطرفہ ہوتی ہے۔ اگر آپ کو اپنی بیوی سے چند شکایات ہیں، تو لازماً اسے بھی آپ سے کچھ شکایات ہوں گی۔ ایسا ہونا ایک بالکل قدرتی بات ہے۔ خدائے تعالیٰ نے کوئی بھی دو شخص ہمشکل، ہم خیال اور ہم مزاج پیدا نہیں کیے۔ اس لیے شکایات کا پیدا ہونا کوئی نئی بات نہیں۔ میاں بیوی کی کامیاب زندگی کا راز یہ ہے کہ وہ دونوں ایک دوسرے کی خاطر فراخدلی کا ثبوت دیں اور معمولی معمولی باتوں سے (جو آگے چل کر گلے اور شکوے کی صورت اختیار کر لیتی ہیں) ہمیشہ درگزر کریں۔ اس معاملے میں مرد کو اور زیادہ وسیع القلب ہونا چاہیے۔ صرف یہی ایک ذریعہ ہے جس سے بیوی کا دل ہاتھ میں لیا جا سکتا ہے۔ ذرا فراخدلی سے کام لیجئے، آپ دیکھیں گے اس سلوک اور معمولی سی نوازش سے آپ کی بیوی میں کتنی تبدیلی پیدا ہو جاتی ہے۔ اگر آپ نے سختی سے کام لیا یا دلیلوں میں الجھ گئے، تو معاملہ اور زیادہ خراب ہو جائے گا۔

اب دیکھیے، صفائی اگر چہ بذاتِ خود ایک اعلیٰ درجے کی صفت ہے، لیکن آپ کا اس پر ضرورت سے زیادہ زور دینا اور ہر وقت صفائی صفائی کا ڈھنڈورا پیٹتے رہنا کہاں تک درست ہے؟ کوئی صفت بھی حدِ اعتدال سے بڑھ جائے، تو زحمت بن جاتی ہے۔ جس طرح آپ کو صفائی کا فوبیا ہو گیا ہے۔ اسی طرح اسے اس سے چڑ ہو گئی ہے۔ بہتر یہ ہے آپ اس سلسلے میں بڑے تحمل سے کام لیں۔ ویسے بھی عورتوں کے معاملے میں دخل اندازی، مرد کے شایانِ شان نہیں۔ زیادہ سے زیادہ یہ کریں کہ خود برتنوں کو ڈھانپ دیں۔ آپ اگر بیوی سے تعاون کریں گے تو وہ یقیناً آپ سے تعاون کرے گی۔ لیکن اس میں بڑے صبر اور حوصلے کی ضرورت ہے۔ بات اس طرح کریں کہ اسے برا نہ لگے۔ ''وارننگ دینا'' اور یہ کہنا کہ تمہیں میری مرضی کے مطابق چلنا ہوگا'' ایسی باتیں ہیں جن سے وہ اور زیادہ مشتعل ہو جائے گی۔ یہ مسئلے کا درست حل نہیں ہے۔ ذاتی اختلافات کو حقیقت سمجھیں اور ایسا قدم اٹھائیں جو اصلاح کی طرف جاتا ہو نہ کہ تباہی کے گڑھے کی طرف۔

کیا آپ نے کبھی سوچا ہے بچوں پر کیا اثر پڑ رہا ہوگا۔ اور نہیں تو اپنے بچوں کی خاطر ہی اپنی طبیعت پر قابو رکھیں۔ پاکستانی گھروں میں اتنی صفائی جو وہم کی حد تک پہنچ جائے، بچوں کی شخصیت پر ناگوار، لیکن پائیدار اثر چھوڑ جاتی ہے، اس لیے غصے کو ضبط کرنا سیکھیں۔ کوشش کریں کہ آپ کا گھر پرسکون اور مثالی بنے۔ بیوی کو اپنا ہم خیال بنانے کے لیے اسکی دل جوئی کریں۔ کبھی کبھار اس کے لیے کوئی تحفہ لے جایا کریں۔

آپ جتنا اس کی شخصیت کو تسلیم کریں گے اور اس کی ہمت کو مانیں گے، اتنا ہی اس کا تعاون حاصل کرنے میں کامیاب ہوں گے۔ مطابقت اختیار کرنے کا زریں اصول یہی ہے کہ کچھ آپ جھکیں اور کچھ وہ جھکے۔ آپ اس کی عزت کریں اور یکطرفہ کاروائی کا انجام اچھا نہیں ہوتا۔

پڑھائی کے ٹائم ٹیبل

2006ء میں نے میٹرک کا امتحان دیا لیکن انگریزی اور الجبرا میں فیل ہو گیا۔ میں نے ہمت نہ ہاری اور تیاری کر کے دوبارہ امتحان میں بیٹھ گیا مگر پھر ناکام رہا۔ اس بار مجھے بڑا صدمہ ہوا۔ اب تیسری مرتبہ امتحان کی تیاری کر رہا ہوں، مگر پڑھائی میں جی بالکل نہیں لگتا۔ ناکامی کا خوف ذہن پر سوار ہے۔ اس کی وجہ سے ٹھیک طرح پڑھ نہیں سکتا۔ والد صاحب ایک ریٹائرڈ ڈرائیور ہیں۔ میں ایک ڈاکٹر کے ہاں کام کرتا ہوں۔ سوچا تھا، امتحان پاس کر کے کسی کالج میں داخلہ لوں گا، مگر شاید میری یہ آرزو کبھی پوری نہ ہو گی۔ مجھے مشورہ دیجئے میں کیا کروں؟ (ریحان۔۔ملتان)

جواب: آپ دل لگا کر باقاعدگی سے مطالعہ جاری رکھیں۔ امتحان کے لیے سارا سال محنت ضروری ہوتی ہے۔ بالکل ہی پرائیویٹ امتحان دینے کے بجائے آپ کسی پرائیویٹ ادارے میں (جو ہر شہر میں موجود ہے) داخلہ لے لیں۔ اس طرح کم از کم آپ کو باقاعدگی سے مطالعہ کرنے کی عادت ہو جائے گی۔ کامیاب انسان وہی ہے جو اپنی ناکامیوں کو تسلیم نہیں کرتا، بلکہ ہر شکست کے بعد اور زیادہ تندہی سے اپنے کام میں مصروف ہو جاتا ہے۔ پڑھائی ایک ٹائم ٹیبل بنا کر اور مستقل مزاجی کے ساتھ کریں۔ انشاء اللہ آپ اپنی منزل تک ضرور پہنچ جائیں گے۔

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوقِ خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

بے اولاد جوڑے اور پھل دار درخت

انتخاب: محمد اکرم یوسف۔ کراچی

تنے سے لگ کر اپنی پیشانی اس پر لگائیں پھر آنکھیں بند کر کے اللہ سے لو لگاتے ہوئے دعا کریں۔ ''یا اللہ تو نے ہی اس درخت کو بار آور کیا ہے ، یہ تیری تخلیق ہے اس درخت جیسی طاقت مجھے بخش دے''

اللہ تعالیٰ نے انسان کو اشرف المخلوقات بنایا۔ اسے عقل و شعور سے نوازا۔ نر اور مادہ پیدا کیے اور پھر ان سے جوڑے بنائے۔ اس طرح تخلیق کا عمل جاری و ساری کیا۔ عورت کو ماں جیسا عظیم رتبہ ملا اور یہ وہ رتبہ و رشتہ ہے، جس کی خواہش ہر عورت میں بدرجہ اتم موجود ہوتی ہے۔ لیکن ہر خواہش کی تکمیل کے لیے کچھ نہ کچھ محنت ، قربانی ضرور درکار ہوتی ہے۔ سورۂ نجم کی آیت نمبر 39 میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے (لَیْسَ لِلْاِنْسَانِ اِلَّا مَا سَعٰی) (ترجمہ: انسان کو وہی ملتا ہے، جس کی وہ کوشش کرتا ہے)۔ انسان کا ایک پاؤں تدبیر اٹھاتی ہے تو دوسرا تقدیر۔ قسمت میں تو گندی مٹی ہے، کوئی اینٹ بنائے یا کوزا۔ اللہ تعالیٰ نے ہمیں عقل اسی لیے عطا کی ہے کہ ہم اسے بروئے کار لائیں۔ یہ قانونِ فطرت ہے کہ جس چیز کا استعمال بند کر دیا جائے ، وہ ناکارہ ہو جاتی ہے۔ شفاف پانی بھی مستقل کہیں رکا رہے تو بدبو پیدا کر دیتا ہے۔ کوئی بھی مشینری استعمال میں نہ لائی جائے تو زنگ آلود ہو جاتی ہے۔ انسانی مشینری بھی متحرک رہنا چاہتی ہے۔ کاہلی انسان کو تباہ کر دیتی ہے۔ قصہ مختصر اولاد کی خواہش مند خواتین خود کو مصروف رکھیں۔ غصے اور زیادہ کھانے سے پرہیز کریں۔

خدانخواستہ کوئی بیماری ہو جائے تو ڈاکٹر سے فوری رجوع کریں۔ ایک دوسرے کا خیال رکھیں۔ بچوں سے پیار کریں، صدقہ خیرات کرتی رہیں۔ خود کو ہمیشہ ماں کے روپ میں دیکھیں۔ زیادہ تر ایسے ماحول میں رہیں جہاں بچے اور پودے وغیرہ ہوں۔ عبادت اور صفائی کا خاص خیال رکھیں۔ اپنی غذا پر بھی خاص توجہ دیں کہ جو ہم کھانا کھاتے ہیں، وہی ہمارے جسم کا حصہ بنتا ہے۔ زیادہ پکی اشیا نہ کھائیں۔ مرغن غذاؤں سے پرہیز کریں، اس سے زہریلا مادہ پیدا ہوتا ہے۔ ادھ پکی چیزیں کھائیں۔ دودھ کے بجائے دہی زیادہ مفید ہے۔ کچی سبزیاں کھائیں۔ تلسی کے پتے ، اس کے بیج اور سونف کو استعمال میں لائیں۔ ہر قسم کا سبزا، پھل، پھول، بیل بوٹے اور پھل دار درخت زیادہ سے زیادہ دیکھیں۔ یاد رکھیے، ہر شے اپنی الگ خاصیت رکھتی ہے۔ انسان، حیوان، چرند، پرند، درخت وغیرہ۔ ہمیشہ اچھے دوست بنائیں۔ خوبصورت پرندے پالیں۔ دودھ دینے والے جانوروں سے محبت رکھیں۔ اپنے گھر میں پھول اور پودے لگائیں۔ ہو سکے تو خوبصورت پھولوں کے گملے رکھ لیں اور انہیں پانی خود دیں۔ ساتھ ہی اللہ تعالیٰ سے دعا کریں کہ ''یا اللہ جس طرح تو نے ان گملوں میں پھول سجائے ہیں، میرے گھر کے آنگن میں بھی پھول کھلا دے۔ خوبصورت ، صحت مند ، فرمانبردار بچہ عطا فرما۔ آپ یہ دعا ہر پھل دار اور درخت کو دیکھ کر بھی مانگیں اور '' **یا مصور** '' کا ورد جاری رکھیں۔ اللہ بے نیاز ہے، وہ دعاؤں کا سننے والا ہے۔ کوئی بھی پھل دار درخت ، جس میں خوب پھل آتے ہوں، نمازِ فجر کے بعد (جب سورج کی کرنیں نکلنے لگیں) ننگے پاؤں صاف ستھرے ہو کر (اگر ٹھنڈک زیادہ لگے تو چپل پہن لیں) اس کے نیچے جائیں۔ تنے سے لگ کر اپنی پیشانی اس پر لگائیں پھر آنکھیں بند کر کے اللہ سے لو لگاتے ہوئے دعا کریں۔ ''یا اللہ تو نے ہی اس درخت کو بار آور کیا ہے، یہ تیری تخلیق ہے۔ اس درخت جیسی طاقت مجھے بخش دے اور مجھے بھی بار آور کر دے ، جیسے تو نے اس درخت کو کیا ہے۔ یا اللہ! مجھے صحت مند فرمانبردار بچہ عنایت فرما۔ آمین ثم آمین۔''

جب آپ محسوس کریں کہ درخت سے تو انائی آپ کے اندر اتر رہی ہے تو درخت سے ہٹ جائیں۔ اسے پیار سے تھپکائیں اور پانی دیں۔ یاد رکھیے، پودے ، درخت سب جان دار ہوتے ہیں اور ان سے باقاعدہ انرجی خارج ہوتی ہے۔ یہ حقیقت ہے کہ ہر شے سے شعاعیں نکل رہی ہیں حتیٰ کہ ہماری انگلیوں کی پوروں سے بھی۔ اسی لیے پیارے نبی ﷺ نے کھانے کے بعد پوروں کو چاٹنے کا حکم دیا ہے۔ اس سے کھانا ہضم ہوتا ہے۔ آپ یہ نسخہ آزما کر دیکھیں، انشاء اللہ ضرور بار آور ہوں گی۔ آپ کی دنیا بدل جائے گی۔ ایک ننھا منا پیارا سا بچہ آپ کی گود میں کلکاریاں مارے گا تو آپ کی دھڑکنیں خود بخود دیکار اٹھیں گی۔

یہ کس کو دیکھ کر، دیکھا ہے۔ میں نے بزمِ ہستی میں
کہ جو شے ہے، نگاہوں کو حسیں معلوم ہوتی ہے۔



اسلام اور رواداری



پیغمبرؐ اسلام کے صحابہؓ اکرام کا غیر مسلموں سے حسنِ سلوک

قسط نمبر 15

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں ، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

(تحریر: ابن زیب بھکاری)

یہ ایک تاریخی حقیقت ہے کہ اسلام نے دیگر مذاہب کے حوالے سے رواداری اور ان کے حقوق کے تحفظ کا جو تصور عطا کیا، دنیا کے تمام مذاہب اس کی مثال پیش کرنے سے قاصر ہیں۔ اس حوالے سے عہدِ نبویؐ اور خلفائے راشدینؓ کے دور میں اس امر کا خصوصی اہتمام کیا گیا۔ امیر المومنین حضرت عمرؓ نے غیر مسلم رعایا کو جو حقوق دیئے ، اس کا مقابلہ اگر اس زمانے کی اور سلطنتوں سے کیا جائے ، تو کسی طرح کا تناسب نہ ہوگا۔ حضرت عمر فاروقؓ کے عہد میں روم و فارس کی جو سلطنتیں تھیں، ان میں غیر قوموں کے حقوق غلاموں سے بدتر تھے۔ شام کے عیسائی باوجود یہ کہ رومیوں کے ہم مذہب تھے، مگر ان کی اپنی مقبوضہ زمینوں پر کسی قسم کا مالکانہ حق تک حاصل نہ تھا۔ یہودیوں کا حال ان مملکتوں میں اس قدر بدتر تھا کہ ان پر رعایا کا اطلاق بھی نہیں ہوتا تھا، جب کہ فارس کے عیسائیوں کی حالت ان سے بھی بدتر تھی۔ حضرت عمرؓ نے جب ان ممالک کو فتح کیا تو دفعتاً وہ حالت بدل گئی، جس طرح انہیں حقوق دیئے، اس لحاظ سے گویا وہ رعایا ہی نہیں رہے، بلکہ اس قسم کا تعلق رہ گیا ، جیسے دو برابر کے معاہدہ کرنے والے فریقوں میں ہوتا ہے۔ حضرت عمرؓ نے مختلف ممالک کی فتوحات کے وقت جو تحریری معاہدے کیے ، انہیں دیکھ کر اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ آپؓ نے غیر مسلم رعایا کو کس قدر حقوق دیے اور ان کی کتنی دل جوئی کی۔

خلیفہ دوئم حضرت عمر فاروقؓ 14 سو سال پہلے بیت المقدس میں داخل ہونے کے بعد ایک حکم یہودیوں کی پانچ سو سالہ جلاوطنی کو منسوخ کرنے کا دیا۔ حضرت عمرؓ نے عیسائیوں کے مقدس مقام کا اس قدر احترام کیا کہ اس کی فتح کے موقع پر بہ نفس نفیس بیت المقدس تشریف لے گئے۔ آپ کا یہ سفر نہایت سادگی سے طے ہوا۔ مقام جابیہ میں دیر تک قیام کر کے ، بیت المقدس کا

(بقیہ صفحہ نمبر 25 پر)

دین پر عمل کرنے کی برکات

سات دِن کے بعد جب میں دوبارہ اس چوک سے گزرا تو نوٹ کے ٹکڑے ہو چکے تھے اور پھٹ چکا تھا مگر کسی نے اس کو ہاتھ نہ لگایا۔

(پروفیسر ڈاکٹر نور احمد نور۔۔فزیشن ملتان)

سعودی عرب کے علاوہ کسی اور ملک میں شریعت مطہرہ پر عمل کرنے کی برکات کا مشاہدہ نہیں کیا جا سکتا۔ یہ برکات خاص کر سعودی عرب میں ان جگہوں پر دیکھی جا سکتی ہیں جہاں غیر ملکی کم ہیں اور زیادہ تر سعودی آبادی موجود ہے۔ وہ علاقہ جہاں میں نے سروس کی یعنی القصیم، علماء کرام یعنی مطوّعین کا علاقہ کہلاتا تھا اور دین اسلام اصلی شکل میں دیکھا جاتا تھا۔ القصیم وہ علاقہ ہے جہاں سب سے آخر میں ٹیلی ویژن کی اجازت ملی۔ یہ علاقہ نیک لوگوں کا مسکن تھا اور ان لوگوں میں صحابہ کرامؓ کی صفات دیکھی جاتی تھیں۔ سارے سعودی عرب میں سبزہ زیادہ یہاں تھا۔ یہاں کے تربوز، خربوزے اور دوسرے پھل بہت سستے اور میٹھے تھے اور تمام عرب ممالک میں بھیجے جاتے تھے۔ اب تو وہاں گندم اتنی کاشت ہوتی ہے کہ باہر ملکوں میں بھیجی جاتی ہے اور ملکی ضرورت سے زیادہ ہوتی ہے۔ یہ سب دین پر چلنے کی برکات ہیں۔

نماز:۔ ہر مسلمان نماز ادا کرتا، جو سستی کرتا اس کو سزا دی جاتی۔ ایک پاکستانی ڈاکٹر کو نماز کے لیے بار بار تنبیہ کی گئی مگر اس نے اپنی اصلاح نہ کی تو چوک میں جمعہ کے دن اس کو پکڑ کر درے مارے گئے۔ اس کے بعد ڈاکٹر صاحب نے اپنی زندگی میں تبدیلی دکھائی۔ شہر مختلف محلوں میں تقسیم تھا اور محلّہ کے وسط میں مسجد تھی جس میں ایک رجسٹر تھا اور تمام مردوں کی فجر کی نماز میں حاضری لگتی تھی۔ ایک دن میں ایمرجنسی میں ہسپتال چلا گیا اور نماز ہسپتال کی مسجد میں ادا کی، اپنے محلّہ کی مسجد میں غیر حاضر ہونے کی وجہ سے مجھ سے باز پرس ہوئی۔

زکوۃ و عطیات:۔ اس کا محکمہ مخصوص تھا، جو ہر آدمی کی آمدن پر نظر رکھتا اور وقتاً فوقتاً دفتر میں بلا کر تفتیش کرتا۔ اس محکمہ کی خوبی یہ تھی کہ ایماندار آدمی خاص کر مطوعین ملازم تھے جن کی تنخواہ کئی کئی گنا تھی۔ یہ حضرات آمدنی کے بارے میں صحیح رپورٹ کرتے اور کسی افسر یا دکاندار سے مرعوب نہ ہوتے تھے۔ جب میں نے حکومت کی اجازت سے پریکٹس شروع کی تو میں ہر ماہ ایک آدمی کو ایک یا دو دفعہ اپنے کلینک کے باہر بیٹھا دیکھتا تھا۔ میں اس کو مشروب یا چائے بھیجتا مگر وہ قبول نہ کرتا۔ وہ میرے مریضوں کی تفصیل لکھتا رہتا۔ ایک دفعہ ایک مریضہ کو ساتھ والی بستی سے لایا گیا جس کو دورے پڑ رہے تھے۔ سارے بستی والے مریضہ کے ساتھ تھے، جن کی تعداد پینتیس کے قریب تھی۔ تین ماہ بعد دفتر میں میری پیشی ہوئی اور دفتر والوں نے بتایا کہ آپ کے پاس مریض آتے ہیں۔ مثلاً ایک دن پینتیس مریض آئے تھے۔ میں نے دفتر والوں کو پتہ بتایا اور یہ بھی عرض کیا کہ ایک مریض تھا باقی چونتیس اس کے متعلقین تھے۔ اس بات کی تفتیش کی گئی اور میری بات صحیح ہونے پر میری خلاصی ہوئی۔

چوری، جھگڑا، لڑائی:۔ میرے ایک سال کے قیام میں، میں نے اپنے علاقے میں چوری کا ایک بھی واقعہ نہ دیکھا۔ اگر کسی کی کوئی چیز گر جاتی تو یا اس کو اٹھا کر تھانہ پہنچا دیتے یا وہیں پڑی رہتی۔ مجھے اب تک یاد ہے کہ بازار کے ایک چوک پر دس ریال کا نوٹ پڑا تھا، میں نے اس کو اٹھا کر ساتھ والے دکاندار کو دیا تو اس نے لینے سے انکار کر دیا کہ وہاں سے تھانہ دور تھا اس لیے اس کو پہنچانے میں وقت لگتا تھا۔ دوکاندار وہاں جانے کو تیار نہیں تھا۔ مجھے دوکاندار نے کہا کہ اس نوٹ کو یہاں رہنے دو۔ سات دن کے بعد جب میں دوبارہ اس چوک سے گزرا تو نوٹ کے ٹکڑے ہو چکے تھے اور پھٹ چکا تھا مگر کسی نے اس کو ہاتھ نہ لگایا۔ لڑائی جھگڑا تو کبھی دیکھنے میں نہیں آیا تھا کیونکہ وہاں پر پولیس دونوں فریقوں کو جیل میں ڈال کر دوسرے دن عدالت میں پیش کرتی تھی۔ گالی دینے پر سزا دی جاتی تھی اور تھپڑ کا بدل تھپڑ تھا۔ امیر غریب کا وہاں کوئی فرق نہ تھا، سب کی سزا برابر تھی۔ سعودی عرب میں ایک مشہور واقعہ ہوا تھا۔ مکہ مدینہ روڈ میرے وقت میں بننا شروع ہوئی۔ اس سڑک کے چار حصوں پر کام شروع ہوا۔ سعودی گورنمنٹ نے ایک انعام بھی رکھا کہ جو کمپنی کام پہلے کرے گی اس کو بہت بڑا انعام دیا جائے گا۔ تین کمپنیوں نے کام مکمل کر لیا۔ مگر مدینہ منورہ کے حصہ کا کام جو امریکن کمپنی کر رہی تھی مکمل نہ ہوا۔ امیر مدینہ منورہ نے کئی دفعہ امریکن کمپنی کو وارننگ دی مگر کوئی اثر نہ ہوا۔ حج کا موسم قریب آ رہا تھا۔ دن بدن پریشانی بڑھتی جا رہی تھی۔ امیر مدینہ منورہ کی کئی دفعہ تنبیہ پر بھی امریکن کمپنی نے تیزی نہ دکھائی۔ امیر مدینہ بہت تنگ آیا اور غصہ میں آ کر امریکن کمپنی کے ڈائریکٹر کو تھپڑ مار دیا۔ تھپڑ نے ساری سعودی گورنمنٹ کو ہلا کر رکھ دیا۔ تمام امریکن کمپنیاں ہڑتال پر چلی گئیں۔ سڑک کا کام اور زیادہ لیٹ ہو گیا۔ آخر صلح اس شرط پر ہوئی کہ امریکن ڈائریکٹر، امیر مدینہ کو تھپڑ مارے گا، پہلے اس نے تھپڑ مارا، پھر امریکن کمپنیوں نے کام شروع کیا۔

غربت:۔ صدقہ، زکوۃ اور فطرانہ کے لیے ہمیں غریب آدمی تلاش کرنا مشکل تھا۔ ایک دن پاکستانی ڈاکٹر بازار میں چیزیں خرید کر رہے تھے کہ ہم نے ایک بوڑھے کو میلے کپڑوں میں دیکھا اور ظاہراً غریب لگ رہا تھا۔ ہمارے ایک پاکستانی ڈاکٹر نے اس بدو کو سو (100) ریال خیرات کے دیئے۔ اس کا پیسے دینا ہی تھا کہ بوڑھے سعودی نے شور مچا دیا کہ میں تو ''رجل غنی'' ہوں۔ رجل غنی اس کو کہتے ہیں جس کے پاس اربوں ریال ہو۔ وہ کہنے لگا میری بیوی مر چکی ہے، مجھے کپڑے دھو کر کوئی نہیں دیتا، میں تو غریب نہیں ہوں۔ اس شور پر پولیس آ گئی۔ ہم نے پولیس والے کو بات سمجھائی اور پولیس والوں نے اس کو چپ کرایا اور بڑی مشکل سے خلاصی نصیب ہوئی۔ مسجدوں کے باہر عورتیں کالے برقعے پہن کر بیٹھی ہوئی تھیں، مگر ان کو خیرات نہیں دیتے تھے اور نہ کسی کو خیرات دیتے دیکھا کیونکہ وہاں کا مال اور عطیات کا محکمہ بیوگان، یتیم اور غریب لوگوں کو ان کے گھروں پر امداد پہنچا دیتا تھا اور اس کام کرنیوالے دین کی برکت سے پوری پوری ڈیوٹی دیتے تھے۔

شادی بیاہ:۔ شادی کی تقریبات بہت سادہ، گانے بجانے اور فوٹو گرافی سے پاک ہوتیں۔ (نہی عن المنکر اور امر بالمعروف) کا محکمہ میں ایماندار لوگ لگے ہوئے تھے۔ اس لئے رشوت، سفارش کو قریب نہ آنے دیتے۔ ایک عجیب چیز جو میں نے دیکھی وہ یہ کہ بھائی بھائی آپس میں اپنے بچوں، بچیوں کے رشتے نہ کرتے تھے۔ نوجوان لڑکیاں گھروں میں بیٹھی رہتیں مگر اپنے بھائیوں کے لڑکوں سے رشتہ نہ کرتے۔ میں نے وجہ دریافت کی تو بتایا گیا کہ آپس کے رشتوں سے جھگڑے اور رنجشیں ہو جاتی ہیں۔ شادی کرنے والے دولھے کو سارا خرچ کرنا پڑتا، لڑکی والے کو کوئی خرچ نہ کرنے دیتے تھے۔

آپ مریض ہیں، تو یہ عمل کریں

شوہر اگر بیوی کے مہر کی رقم اپنے کاروبار میں لگا دے تو اس رقم سے انشاء اللہ تعالیٰ کاروبار میں نقصان نہ ہوگا بلکہ مہر کی رقم طرفین کے لیے خیر و برکت کی چیز ہے۔ (انتخاب: میاں عمران۔ فیصل آباد)

میاں بیوی میں محبت پیدا کرنے کا آسان نسخہ:

میاں بیوی میں محبت پیدا کرنے کا آسان نسخہ یہ ہے کہ دونوں ایک دوسرے کیلئے (خیر کی) دعائیں کرتے رہیں۔ ان شاء اللہ چند دنوں میں ایسی عجیب محبت پیدا ہو جائے گی کہ جس کا دونوں کو وہم و گمان بھی نہ ہوگا۔

موت کے سوا ہر چیز سے امن:

مسند بزار میں حدیث ہے کہ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا جب تم بستر پر لیٹو تو سورۃ فاتحہ اور سورۃ اخلاص پڑھ لیا کرو تو موت کے سوا ہر چیز سے امن میں رہو گے (تفسیر ابن کثیر جلد ا ص ۳۲) یقین کامل کے ساتھ مذکورہ مسنون عمل کیا جائے تو چوروں ڈاکوؤں سے بھی گھر کی حفاظت رہے اور خود بھی امن سے رات گزارے۔

آپ مریض ہیں تو یہ عمل کریں:

ابن جریر میں حضرت علیؓ کا فرمان ہے جب تم میں سے کوئی شفا چاہے تو قرآن کریم کی کسی آیت کو کسی صحیفے پر لکھ لے اور اسے بارش کے پانی سے دھولے اور اپنی بیوی کے مال (مہر) سے اس کی رضامندی سے پیسے لے کر شہد خرید لے اور یہ دونوں پی لے پس اسی میں کئی وجہ سے شفا آ جائے گی۔ خدا تعالیٰ عزوجل کا فرمان ہے۔

"وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَّ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ" (سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 82)

''ہم نے قرآن میں وہ نازل فرمایا ہے جو شفا ہے اور رحمت ہے مومنین کیلئے۔'' ایک دوسری آیت میں ہے

"وَاَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُّبَارَكًا"

''ہم ہی آسمان سے بابرکت پانی برساتے ہیں۔'' مزید فرمایا

"فَاِنْ طِبْنَ لَكُمْ عَنْ شَيْءٍ مِّنْهُ نَفْسًا فَكُلُوْهُ هَنِيْٓئًا مَّرِيْٓئًا" (سورۃ النساء آیت نمبر 4)

''اگر عورتیں اپنے مال مہر میں سے اپنی خوشی سے تمہیں دے دیں تو بے شک تم اسے کھاؤ پیو سہتا پچتا۔'' شہد کے بارے (سورۃ نحل آیت نمبر 69) میں فرمان الٰہی ہے۔

"فِيْهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ" ''شہد میں لوگوں کیلئے شفا ہے۔''

ابن ماجہ میں ہے حضور ﷺ فرماتے ہیں جو شخص ہر مہینے میں تین دن صبح کو شہد چاٹ لے اسے کوئی بڑی بلا نہیں پہنچے گی۔ (تفسیر ابن کثیر ۳ ص ۱۲۹)

ان آیات قرآنی اور احادیث سے تین چیزوں کا بابرکت ہونا معلوم ہوا۔ (۱) بارش کا پانی (۲) شہد (۳) بیوی کا مہر علماء نے لکھا ہے کہ کوئی کاروبار کرے اور بیوی کے مہر کی رقم کاروبار میں تھوڑی سی لگا دے تو اسے ان شاء اللہ نقصان نہ ہو گا۔ مہر کی رقم طرفین کیلئے خیر و برکت کی چیز ہے۔

ہر شے سے حفاظت کیلئے محفوظ قلعہ:

حضرت عبداللہ ابن خبیبؓ روایت کرتے ہیں کہ ہم حضور ﷺ کو بارش کی رات اور سخت اندھیرے میں تلاش کر رہے تھے کہ آپ ﷺ ہم کو مل گئے۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ تین بار سورۃ اخلاص اور تین بار سورۃ فلق اور تین بار سورۃ الناس صبح شام پڑھ لیا کرو یہ تمہارے لئے ہر شے کیلئے کافی ہو جائے گا (مشکوٰۃ)

فائدہ: یہ وظیفہ ہر شر سے بچانے کیلئے کافی ہے۔ یعنی نفس و شیطان اور جنات و آسیب، جادو، حاسد و دشمنوں کے ہر شر اور بری نظر کے شر سے حفاظت کیلئے۔

تبخیر معدہ کے لیے ایک ٹوٹکہ

(مرسلہ اکمل فاروق ریحان۔ سرگودھا)

کوزہ مصری 2 تولہ، سونف ایک پاؤ، چھوٹی الائچی 1 تولہ، مغز بادام 2 تولہ، کو کوٹ پیس کر محفوظ کر لیں۔ تبخیر معدہ کی تکلیف میں ایک چمچ دن میں 3 بار پانی کے ہمراہ لیں۔ ایسا آزمودہ نسخہ ہے کہ استعمال کرنے کے بعد آپ تعریف ضرور کریں گے۔

تاریخ کے آئینے میں

ایک نامعروف فربہ پرندہ اترا اور ایک درخت پر بیٹھ کر پھول چننے لگا اور پھر وہ اڑ گیا

(مراسلہ: حبیب اللہ۔ لاہور)

حضرت ابو دجانہؓ کا ایک مشہور واقعہ ہے کہ حضرت ابوبکرؓ کے عہد میں جب جنگ یمامہ شروع ہوئی تو آپ نے بھی اس میں نہایت جانبازی دکھائی۔ مسیلمہ کذاب سے جو مدعی نبوت تھا، مقابلہ تھا۔ اس کا ایک باغ تھا اور وہ اسی کے اندر لڑ رہا تھا۔ مسلمان اندر گھسنا چاہتے تھے لیکن دیوار حائل تھی۔ ابو دجانہؓ نے جب اس صورت حال کا اندازہ لگایا تو انہوں نے اپنے ساتھیوں کو کہا کہ مجھ کو اندر پھینک دو! لوگوں نے آپ کو اٹھا کر دوسری طرف پھینک دیا اور آپ دیوار کے پار گرے لیکن اس پھینکنے کا نتیجہ یہ نکلا کہ آپ کا پاؤں ٹوٹ گیا۔ اس کے باوجود آپ اپنی جگہ سے نہ ہلے اور باغ کے دروازے پر اس طرح جم کر کھڑے رہے کہ مشرکین ان کے قریب نہ آ سکے اور جب تک دوسرے ساتھی باغ میں داخل نہ ہو گئے، آپ اپنی جگہ سے نہ ہلے۔

محمد بن یعمر کا بیان ہے کہ حضرت ایوبؑ مکہ کے راستے میں تھے، سفر کے دوران اہل کارواں کو پیاس لگی مگر انہوں نے اس بات کو ظاہر نہ کیا۔ حضرت ایوبؑ نے باصرار دریافت کیا تو انہوں نے اپنی پیاس کا راز افشا کر دیا۔ آپ نے کہا۔ ''تم کسی پر ظاہر تو نہیں کرو گے؟ لوگوں نے اقرار کر لیا تو آپ نے ایک دائرہ بنایا اور دعا مانگی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ پانی ابلنے لگا جس سے سب ہی خوب جی بھر کر سیراب ہوئے اور اپنے اونٹوں کو بھی پانی پلایا۔ پھر آپؑ نے اس جگہ اپنا ہاتھ رکھ دیا اور پانی ابلنا بند ہو گیا۔

محمد بن سیرین خواب کی صحیح ترین تعبیر دینے کے سبب عوام و خواص میں بہت شہرت رکھتے تھے۔ ان کی وفات سے چند روز قبل ایک شخص آیا اور کہنے لگا کہ ''میں نے خواب دیکھا ہے کہ آسمان سے ایک نامعروف فربہ پرندہ اترا اور ایک درخت پر بیٹھ کر پھول چننے لگا اور پھر وہ اڑ گیا۔'' ابن سیرین کے چہرے کا رنگ یہ سنتے ہی متغیر ہو گیا اور فرمایا ''یہ علماء کی موت ہے۔'' خواب کی تعبیر کے فن میں کمال کی وجہ وہ خود بیان کرتے تھے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

حافظ قرآن کی توبہ واستغفار

گمراہی اور ٹھوکروں کے بعد میں نے اللہ سے معافی مانگی اور میں ہر وقت توبہ واستغفار اور یا اللہ تیرا شکر ہے کا ورد کرتا رہا۔ یہ سب اس کا نتیجہ ہے میں نے جو چاہا سو دوبارہ پالیا

تحریر: حاجی شمس الدین۔ کراچی

میں محمد عثمان علی رضا ماہنامہ عبقری بہت شوق سے پڑھتا ہوں۔ میں اپنے گھر کا سودا سلف لینے کے لیے بابا جنرل سٹور، لندن شاپنگ سنٹر کراچی کمپنی مرکز G-9 جاتا ہوں۔ برابر میں (شمس الدین ہومیو کلینک ہے)۔ ڈاکٹر محمد ارشاد گلے کی بیماری کا بہت اچھا علاج کرتے ہیں۔ وہاں پر بابا جی حاجی شمس الدین سے ملاقات ہوئی۔ ہم دونوں اپنی اپنی باری کا انتظار کر رہے تھے۔ ماہنامہ عبقری میرے ہاتھ میں تھا، بابا نے دیکھنے کے لیے مانگا۔ پھر مجھے کہا ہر ماہ پڑھتے ہو اور کیا کبھی اس میں کوئی تحریر بھی کیا ہے۔ میں نے کہا ابھی تو صرف پڑھتا ہوں، اگر کوئی قابل تحریر واقعہ ہوا تو تحریر بھی کروں گا اس پر بابا نے مجھے ایک واقعہ سنایا جو میں آپکی نذر کر رہا ہوں۔ انہوں نے کہا کہ میں پنجاب کے شہر سرگودھا میں (شمس اینڈ کمپنی غلہ منڈی سرگودھا) میں آڑھت کا کام کرتا تھا۔ میرے پاس ایک خوبصورت نوجوان منشی کا کام کرتا تھا۔ حافظ محمد حنیف بہت قابل اور محنتی شخص تھا۔ وہ میرے پاس 1983ء تک کام کرتا رہا۔ کیونکہ میں 1983ء میں کام چھوڑ کر بچوں کے پاس اسلام آباد آ گیا اور آجکل بچوں کے پاس رہ رہا ہوں۔ 1992ء میں حافظ صاحب میرے پاس آئے اور کہا کہ مجھے یہاں پر کوئی کام لگوا دیں۔ میں نے بابا ویڈیو سنٹر پشاور موڑ G. 9/4 پر اسے رکھوا دیا۔ اس نے ایک سال کام کیا مگر گھر نہ گیا اور عید پر میرے گھر رہا۔ میں نے کہا کیا بات ہے گھر کیوں نہیں گئے؟ کہنے لگا گھر جاؤں گا جب میرے پاس گھر جانے کے لیے کچھ ہوگا۔ میں بہت کمانا چاہتا ہوں اور بابا جی ویڈیو سنٹر پر کام نہیں کرنا چاہتا۔ کسی اور کام پر لگوا دیں آپ کی مہربانی ہوگی۔ میں نے اسے گلزار بیسمنٹ G.9/4 پر منشی رکھوا دیا۔ وہاں سے وہ 1998ء تک کام کرتا رہا۔ پھر ایک دن میرے پاس آیا اور کہا میں مکہ سعودی عرب جا رہا ہوں۔ زندگی رہی تو پھر ملوں گا۔ دوبارہ مجھے 2000ء میں ملا اور کہا کہ آج میں اپنے گھر، سرگودھا جاؤں گا۔ میں نے کہا کہ کیا اس قابل ہو گئے ہو۔ تو اس نے کہا بابا جی آج آپ کو اپنی کہانی سناتا ہوں۔ آپ کو معلوم ہے کہ میرا ذاتی گھر تھا، بیوی، دو بیٹیاں، دو بیٹے تھے۔ میں خوب محنت بھی کرتا تھا۔ مگر بچوں کی اچھی تعلیم و پرورش نے مجھے دولت کمانے پر اکسایا۔ میں حافظ قرآن ہوں اور ایمانداری سے کام کرتا ہوں مگر میری کمائی سے گزارہ مشکل تھا۔ میں دولت کمانے کی خاطر جوئے کی بری عادت میں پڑ گیا۔ مگر جوا مجھے راس نہ آیا میں مقروض ہو گیا۔ خیر میں نے مکان کا سودا کیا اور مالک سے رقم لیکر قبضہ کے لیے وقت لے لیا میں نے دونوں بیٹیوں کی شادی کر دی۔ پھر مکان مالک کے حوالے کیا اور خود کرایہ کے مکان میں چلا گیا۔ قرض والوں نے ستانا شروع کر دیا۔ بیوی اسی غم میں مر گئی۔ صرف دو بیٹے رہ گئے۔ میں قرض والوں سے تنگ آ کر آپکے پاس چلا آیا تھا۔ بیٹے بھی مکان چھوڑ کر کہیں اور مزدوری کر رہے تھے۔ میں نے یہاں جو کمایا قرض والوں کا قرضہ واپس کر دیا اور بیٹوں کو ان کے حال پر چھوڑ کر میں مکہ مکرمہ سعودی عرب چلا گیا۔ کیونکہ مکہ مکرمہ میں ہوٹل والوں کا بھی قرضہ دینا تھا۔ جب میں نے سب کا قرض دیدیا تو ان کا کیوں رہتا؟ میں نے مکہ والوں سے کہا کہ مجھے وہاں بلوالو تا کہ میں آپ کا قرض اتار سکوں میری نیت اور دعا تھی کہ میں قرض سے چھٹکارا پاؤں۔ انہوں نے بلوایا۔ میں نے ان کا قرضہ اتارا اور جو خرچہ انہوں نے بلوانے پر کیا وہ بھی ادا کر دیا اور اب میرے پاس بھی اللہ نے کرم کر دیا۔ اب میں اپنے بچوں کے پاس جا رہا ہوں۔ میں نے کہا اتنی جلدی یہ کیسے ہوا؟ اس نے بتایا گمراہی اور ٹھوکروں کے بعد میں نے اللہ سے معافی مانگی اور میں ہر وقت توبہ و استغفار اور یا اللہ تیرا شکر ہے کا ورد کرتا رہا۔ یہ سب اس کا نتیجہ ہے میں نے جو چاہا سو دوبارہ پالیا۔ اپنے کیے کی سزا کا دکھ بھی نہیں ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

رسالے کا تبادلہ

اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں

اس ماہ کی روحانی محفل، مارچ کی 24 تاریخ کو پیر کے دن ہے۔ لہٰذا دوپہر 2:00 بجے سے لیکر سہ پہر 4:32 کے درمیان کسی بھی وقت (غسل یا وضو کرنے کے بعد) 40 منٹ تک ''سورۃ الکوثر'' مع تسمیہ لاتعداد خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ ٹھیک 40 منٹ کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔ (نوٹ:) اگر کسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفی اللہ عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

ماہ جبین پشاور سے لکھتی ہیں کہ میں نے ہر ماہ کی روحانی محفل کی ہمیشہ قدر کی۔ اسکی وجہ سے میرے اتنے مسائل حل ہوئے، بیان نہیں کر سکتی۔ خاص طور پر 18 سال سے میرا شوہر مجھے چھوڑ کر چلا گیا تھا۔ دوسری بے نکاحی عورت کو رکھا ہوا تھا، واپس آیا مجھ سے معذرت کر لی اور اب بالکل درست ہے۔ چکوال سے مشتاق احمد طویل خط لکھتے ہیں کہ بے روزگار تھا اور سخت مقروض تھا اب عالم یہ ہے کہ اوروں کو بھی اس محفل کے بارے بتاتا ہوں اور خود بھی خوب فیض پاتا ہوں۔ محض اس محفل کی برکت ہے اسی طرح عزیز الرحمٰن نے کراچی سے فون پر بتایا کہ بیٹوں کی شادی میں رکاوٹ تھی۔ خود بھی اور بیوی نے بھی روحانی محفل کے وظائف پڑھے۔ رشتوں کے معاملے میں اب عالم یہ ہے کہ کہاں کریں اور کہاں نہ کریں۔ قارئین جگہ کی کمی کی وجہ سے چند احباب کے مختصر خطوط شامل کیے ہیں ورنہ اس محفل سے لاکھوں لوگ فیض پا رہے ہیں۔

بچوں کا صفحہ

نصیحت کی باتیں، بچوں کی زبانی

بابا جی وضو کررہے تھے لیکن دونوں بھائیوں نے دیکھا کہ ان کے وضو کا طریقہ ٹھیک نہیں ہے۔ اب دونوں بھائی سوچ میں پڑ گئے کہ ہم ان کی اصلاح کیسے کریں۔ کیونکہ وہ بزرگ ہیں اور کہیں ہماری باتیں ان کو ناگوار نہ گزریں

''تعبیر''

(تحریر: حجاب بنت راشد شمسی، لاہور)

آفتاب ایک شریر لڑکا تھا۔ محلے کے تمام لوگ اس کی شرارتوں سے تنگ تھے۔ وہ آئے دن کوئی نہ کوئی نئی شرارت کر بیٹھتا۔ پرندوں کے گھونسلے توڑنا اس کا محبوب مشغلہ تھا۔ نہ جانے کتنے پرندوں کے گھونسلے اس کے ہاتھوں برباد ہو چکے تھے۔ آفتاب کے والدین اکثر اسے سمجھایا کرتے کہ بیٹا پرندوں کو تنگ کرنا اچھی بات نہیں۔ مگر ان کا اس پر کوئی اثر نہ ہوتا بلکہ وہ الٹا ان سے کہتا: ''بچپن میں ہر کوئی شرارت کرتا ہے۔ اگر میں کوئی چھوٹی موٹی شرارت کر لیتا ہوں تو نہ صرف آپ بلکہ پورے محلے والے ہاتھ دھو کر میرے پیچھے پڑ جاتے ہیں۔'' اس کے والد نے قدرے سنجیدہ لہجے میں کہا: ''ہم کب کہتے ہیں کہ تم کوئی شرارت نہ کرو۔ کرو مگر ایسی جس سے کسی کو تکلیف نہ ہو'' ایک دن آفتاب چڑیا کے گھونسلے سے انڈے نکالنے کے لیے درخت پر چڑھا تو اس کا پاؤں پھسل پڑا اور وہ دھڑام سے نیچے گرا۔ اس کے نہ صرف شدید چوٹیں آئیں بلکہ اس کی ٹانگ کی ہڈی بھی ٹوٹ گئی۔ اس کو ہسپتال لے جایا گیا۔ جہاں اس کی ٹانگ پر پلاسٹر چڑھا دیا گیا۔ ایک دن سخت تکلیف میں گزارنے کے بعد کچھ آرام آیا تو بیڈ پر لیٹے لیٹے ہی نئی شرارت کرنے کا منصوبہ بنانے لگا۔ اسی سوچ و بچار میں اس کی آنکھ لگ گئی۔ اس نے دیکھا کہ روزِ محشر ہے۔ نفسا نفسی کا عالم ہے۔ ہر شخص اپنے گناہوں تلے دبا جا رہا ہے۔ ہر کوئی خوفزدہ تھا۔ اسی اثناء میں آفتاب کا دم گھٹنے لگا۔ لیکن کسی نے اس کی طرف توجہ نہ دی۔ پھر وہ اپنے خوفناک انجام سے کانپنے لگا۔ اسے اپنی تمام شرارتیں یاد آنے لگیں۔ پھر اس کے کانوں میں پرندوں کا شور گونجنے لگا جو اس کے خلاف احتجاج کر رہے تھے۔ یکا یک کسی نے اس کا ہاتھ پکڑا اور ایک طرف گھسیٹا۔ اس نے دیکھا سامنے آگ جل رہی ہے اور اس کے جھلسا دینے والے شعلے اس کی طرف لپک رہے ہیں۔ وہ زور زور سے چلانے لگا: ''میں دوزخ میں نہیں جاؤں گا۔ میری توبہ میں آئندہ کسی کو تنگ نہیں کروں گا۔ مجھے چھوڑ دو۔ میں کسی پرندے کو نقصان نہیں پہنچاؤں گا۔'' اس کے بیڈ کے ساتھ بیٹھی ہوئی اس کی ماں نے اسے سہارا دیا اور پوچھا: ''بیٹا کیا کوئی خواب دیکھا ہے؟'' آفتاب نے اپنے حواس پر قابو پاتے ہوئے اپنی امی کو سارا خواب اور عبرتناک انجام بھی بتا دیا۔ اسکی امی نے خواب سننے کے بعد اس سے کہا: ''اس خواب کی تعبیر یہ ہے کہ تم آئندہ کسی کو تکلیف نہ پہنچانا۔ کسی پرندے کے گھونسلے کو مت توڑنا ورنہ یاد رکھو ظالم کا انجام برا ہوتا ہے۔ اس سے قبل کہ تمہارا انجام خوفناک ہو تم ظلم سے توبہ کر لو۔''

آفتاب نے وعدہ کیا کہ وہ کسی بے زبان کو دکھ نہ پہنچائے گا۔ بلکہ ہر مصیبت زدہ کی مدد کرے گا اور مظلوموں کی حمایت کرے گا۔'' بچو! آپ بھی تکلیف دہ شرارتوں سے اپنا وقت برباد کرنے کے بجائے دکھی انسانوں کی خدمت کو اپنا شعار بنائیں۔ اللہ نیکی کرنیوالوں سے خوش ہوتا ہے اور انہیں اس کا اجر بھی دیتا ہے۔

ایفائے عہد کا مثالی واقعہ

(مرسلہ: حافظ قاسم۔۔۔قصور پورہ لاہور)

حضرت عمرؓ کا ایک واقعہ قابل ذکر ہے جس سے معلوم ہوگا کہ اس وقت کے مسلمان اپنی زبان کے کس قدر پابند تھے۔ وعدہ، پتھر کی لکیر سمجھتے تھے۔ ہرمزان ایرانیوں کے ایک لشکر کا سردار تھا۔ ایک مرتبہ مغلوب ہو کر اس نے جزیہ دینا بھی قبول کیا تھا۔ مگر پھر باغی ہو کر مقابلے پر آیا۔ لیکن مسلمان حضور اکرم ﷺ کے طریقہ زندگی پر مضبوطی سے جمے ہوئے تھے۔ اس لیے اللہ کی مدد ان کے ساتھ تھی۔ اس بار بھی ہرمزان کو شکست ہوئی اور وہ گرفتار ہو کر اس حالت میں کہ تاج مرصع سر پر تھا، دیبا کی قبا زیب تن، کمر سے مرصع تلوار آویزاں پیش بہا زیورات سے آراستہ حضرت عمرؓ کی عدالت میں پہنچا۔ آپؓ اس وقت مسجد نبوی میں تشریف رکھتے تھے۔ فرمایا تم نے مسلسل تین بار بدعہدی کی۔ اب اگر اس کا بدلہ تم سے لیا جائے تو تم کو کیا اعتراض ہے؟

ہرمزان نے کہا مجھے خوف ہے کہ میرا اعتراض سننے سے بیشتر ہی مجھے قتل نہ کر دیا جائے۔ آپؓ نے فرمایا ایسا ہرگز نہ ہوگا تم کوئی خوف نہ کرو۔ ہرمزان نے کہا مجھ کو پانی پلا دو۔ حضرت عمرؓ نے پانی لانے کا حکم دیا۔ ہرمزان نے ہاتھ میں پانی کا پیالہ لیکر کہا مجھے خطرہ ہے کہ میں پانی پینے کی حالت میں قتل نہ کر دیا جاؤں۔ حضرت عمرؓ نے فرمایا جب تک تم پانی نہ پی لو اور اپنا عذر بیان نہ کرو تم اپنے آپ کو ہر قسم کے خطرہ سے محفوظ سمجھو۔ ہرمزان نے پیالہ ہاتھ سے رکھ دیا اور کہا میں پانی نہیں پینا چاہتا آپ نے مجھ کو امان بخشی ہے اس لیے آپ مجھ کو قتل بھی نہیں کر سکتے۔ حضرت عمرؓ کو ہرمزان کی اس چالاکی اور دھوکہ دہی پر بہت غصہ آیا۔ لیکن حضرت انسؓ درمیان میں بول اٹھے اور کہا۔ امیر المومنین! یہ سچ کہتا ہے کیونکہ آپ نے فرمایا ہے کہ جب تک پورا حال نہ کہہ لو کسی قسم کا خوف نہ کرو۔ اور جب تک پانی نہ پی لو کسی قسم کے خطرے میں نہ ڈالے جاؤ گے۔ حضرت انسؓ کے کلام کی دوسرے صحابہؓ نے بھی تائید کی۔ حضرت عمرؓ نے فرمایا ہرمزان تو نے مجھے دھوکا دیا ہے لیکن میں تجھے دھوکا نہ دوں گا۔ اسلام نے اس کی تعلیم نہیں دی۔ ایفائے عہد اور حسن سلوک کا نتیجہ یہ ہوا کہ ہرمزان مسلمان ہو گیا۔ امیر المومنین نے دو ہزار سالانہ اسکی تنخواہ مقرر کر دی۔

نبوت کے تربیت یافتہ بچے

ایک دفعہ حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ نماز کے لیے مسجد میں تشریف لے گئے۔ وہاں ایک ضعیف بابا جی وضو کر رہے تھے۔ لیکن دونوں بھائیوں نے دیکھا کہ ان کے وضو کا طریقہ ٹھیک نہیں ہے۔ اب دونوں بھائی سوچ میں پڑ گئے کہ ہم ان کی اصلاح کیسے کریں۔ کیونکہ وہ بزرگ ہیں اور کہیں ہماری باتیں ان کو ناگوار نہ گزریں اور ہماری وجہ سے ان کو تکلیف ہو۔ آخر انہوں نے مشورے سے ایک پروگرام بنایا کہ ان کی اصلاح بھی ہو جائے اور ان کی دل شکنی بھی نہ ہو۔ اب ان بزرگ کے پاس گئے اور کہا بابا جی! میرا بھائی کہتا ہے کہ میں ٹھیک وضو کرتا ہوں اور میں کہتا ہوں کہ میں ٹھیک کرتا ہوں۔ آپ ہم دونوں کا وضو دیکھیں اور بتائیں کہ کون صحیح طریقے سے وضو کرتا ہے؟ اب پہلے حضرت حسنؓ نے وضو کیا اور خوب اچھے طریقے سے کیا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

قارئین کی خصوصی تحریریں

ماہنامہ عبقری کے قارئین! آپ بھی حکیم صاحب کی ایک کتاب انعام میں پاسکتے ہیں ماہنامہ عبقری کے لیے شاندار اور جاندار تحریر بھجوائیں۔ ہاں تحریر ماہنامہ عبقری کے معیار کی ہو۔ اول آنے والے کو یہ انعام ارسال کیا جائے گا۔ اپنا مکمل پتہ لکھنا نہ بھولیں

اللہ پر توکل

(محمد آصف قائم خانی۔۔۔کنڈیارو سندھ)

(1) ایک دفعہ بندہ عصر کی نماز پڑھنے جا رہا تھا۔ گرمیوں کے دن تھے۔ نماز میں پانچ منٹ ابھی باقی تھے۔ بندہ کو اپنے شیخ کی صحبت میسر ہے اس لیے گھر سے باوضو ہو کر نکلے۔ شمال کی جانب آسمان پر بادل کا ایک بڑا ٹکڑا اور کچھ چھوٹے ٹکڑے جو کہ بندے کے شہر سے 3/4 کلومیٹر دور ہوں گے، موجود تھے۔ بندہ کی نظر بادلوں پر پڑی اور دل ہی دل اللہ سے دعا کی کہ اے اللہ بارش برسا اور چلتے چلتے مسجد پہنچ گیا۔ نماز پڑھی اور گھر واپس آ گیا۔ ابھی بس چند منٹ ہی گزرے تھے کہ وہی بادل آئے اور برسنا شروع ہو گئے اور دس پندرہ منٹ برسے اور بارش ختم ہو گئی اور یوں اللہ تعالیٰ نے بندہ کی دعا قبول کی اور بندہ کو قبولیت دکھا دی۔

(2) ایک دفعہ مجھے کنڈیارو سے کراچی جانا ہوا۔ برسات کا موسم تھا۔ میری ہمشیرہ بھی ساتھ تھیں۔ انھیں کراچی چھوڑنا تھا کنڈیارو سے برسات شروع ہوئی اور کراچی تک برسات چلتی رہی۔ مجھے دوسرے دن واپس کنڈیارو بھی آنا تھا اور میں بہت پریشان تھا کہ برسات اور موسم بھی بہت خراب ہے واپس کیسے جاؤں گا؟ میں نے دل ہی دل میں اللہ سے مانگا یا اللہ اس بارش کو ختم فرما اور میری مشکل آسان فرما۔ کیونکہ مجھے میرے مرشد نے فرمایا کہ جب بھی کوئی کام کرو پہلی نظر اللہ پر جائے کہ اللہ فلاں کام تو کرے گا۔ میں اللہ کی طرف متوجہ ہوا۔ صبح مجھے کنڈیارو کے لیے واپس جانا تھا، میں نے دیکھا صبح بادل چھٹنا شروع ہو گئے اور موسم ٹھیک ہونا شروع ہو گیا اور جب تک میں بس اسٹاپ پر پہنچا، دھوپ نکل چکی تھی اور یوں اللہ پاک نے بندہ کی دعا قبول کی اور مشکل آسان کر دی۔ حالانکہ محکمہ موسمیات کی پیشن گوئی تھی کہ برسات مزید ہو گی۔

(3) مجھے ایک دفعہ کوچ کے ذریعہ کراچی جانا تھا۔ کنڈیارو سے کراچی تک جگہ بالکل بھی نہ تھی۔ صرف فولڈنگ سیٹ موجود تھی۔ کراچی تک کا سفر، جو کہ 6 گھنٹے پر محیط ہے اور بندہ کا مزاج ذرا نازک ہے اس لیے مشکل دکھائی دیا۔ کنڈیکٹر صاحب کہنے لگے مولوی صاحب سیٹ ملنا ذرا مشکل ہے لیکن کوشش کرتا ہوں۔ لیکن مجھے بھی نظر آ رہا تھا کہ سیٹ بالکل بھی نہیں ہے اور لوگوں کا رش بھی تھا کیونکہ تازہ تازہ عید گزری تھی۔ خیر میں نے بیٹھے بیٹھے سورۂ یسین کو پڑھنا شروع کیا اور سورۂ ختم کی اور اللہ پاک سے مدد مانگی۔ ٹھیک ایک گھنٹہ بعد مجھے ایک سیٹ خالی نظر آئی۔ کنڈیکٹر نے کہا کہ آپ یہاں بیٹھ جائیں۔ اب وہ سیٹ کیسے خالی ہوئی، بندہ کو علم نہیں لیکن میری مشکل سورۂ یسین کی بدولت آسان ہوئی۔

(4) میں ایک دفعہ اپنی دوکان پر جا رہا تھا کہ راستہ میں ایک جاننے والا ملا اور کہنے لگا آپ کے بڑے بھائی کو پولیس پکڑ کر لے گئی ہے۔ چونکہ میرے بڑے بھائی اس وقت نائب ناظم تھے اور بھائی کی دوستی ایک صحافی سے تھی اور صحافی کی چند روز پہلے سول کورٹ میں جج سے کسی بات پر اَن بن ہوئی تھی۔ اس صحافی نے جج کے خلاف درخواست دے دی کہ یہ رشوت لیتا ہے۔ خیر جج صاحب کے ہاتھ صحافی تو نہ لگا اور میرا بھائی صحافی کا دوست ہونے کی وجہ سے اُس جج کے انتقام کی زد میں آ گیا۔ اس جج نے بھائی کا ریمانڈ بھی اسی دن دے دیا اور بھائی کو لاک اَپ میں بند کروا دیا۔ جب میرے جاننے والے نے مجھے بتایا کہ پولیس آپ کے بھائی کو پکڑ کر لے گئی ہے تو میں ذرا برابر بھی پریشان نہ ہوا اور اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہوا۔ میرے مرشد نے مجھے ایک عمل بتایا ہوا ہے کہ کیسی بھی مشکل کیوں نہ ہو، یہ عمل کرو انشاء اللہ مشکل آسان ہو گی۔ میں نے ظہر کی نماز پڑھی اور عمل کیا۔ (2 رکعت نفل صلوٰۃ حاجت کے اور اسکے بعد 3 بار سورۂ یسین شریف اور پھر اپنے مقصد کی دعا کی) میں نے خوب گڑگڑا کر دعا مانگی۔ کچھ وقت گزرا اور رات 10:00 بجے کے قریب پولیس نے بھائی کو چھوڑ دیا اور جج شرمندہ ہوا اور صلح کی درخواست کی۔ حالانکہ ریمانڈ شدہ شخص کبھی اس طریقے سے نہیں چھوٹ سکتا۔ لوگوں نے کہا بھاری رشوت دی ہے تب بھائی چھوٹا حالانکہ ایسا کچھ بھی نہ تھا۔ یہ صرف اس عمل کی برکت تھی جو میں نے کیا۔

(5) میری کریانہ کی دوکان ہے اور کریانہ میں مختلف آئٹم ہوتے ہیں۔ میرے پاس چاول ختم ہو گیا اور مجھے چاول کی پوری گاڑی سکھر سے لینی تھی۔ کیونکہ وہاں بڑے بڑے بروکر بیٹھے ہوئے ہیں اور سودا کرواتے ہیں۔

میرے مرشد نے مجھے ایک عمل بتایا تھا کہ مشکل وقت اور ویسے بھی روزانہ اس کو عمل کو کروں۔ میری کمی کوتاہی ہے کہ روزانہ تو نہیں کرتا بس اس دن سوچا کہ اس عمل کا کمال دیکھوں۔ دو رکعت نفل پڑھی اور ہر سجدہ میں چالیس دفعہ آیت الکرسی اور سلام کے بعد دس منٹ تک اللہ پاک سے دعا مانگی کہ یا اللہ چاول کی گاڑی میں مدد فرما اور اس کے بعد سکھر روانہ ہو گیا۔ بروکر سے ملاقات ہوئی۔ کہنے لگا شہر سے 2 کلومیٹر باہر رائس مل ہے، وہاں سے آپ پوری گاڑی چاول لے لیں۔ میں نے چاول کا نمونہ دیکھنے کے لیے بروکر سے کہا کہ وہ میرے ساتھ وہاں رائس مل پر چلے۔ وہ خود تیار ہو گیا۔ رائس مل پہنچے، وہاں چاول کا سودا ہوا اور جس ریٹ میں سودا ہوا وہ کیش کا ریٹ تھا لیکن اس نے پندرہ روز کی سہولت دی کہ پیسے بعد میں دینا۔ پھر اس نے دوسرے روز گاڑی بھیجی تو اس میں چاول کے تھیلوں کی لوڈنگ اتنے اچھے طریقے سے تھی کہ ایک تھیلا بھی خراب نہیں نکلا نہ ہی باردانہ پھٹا ہوا تھا۔ حالانکہ ہر گاڑی میں 15/20 تھیلوں کا پھٹنا لازمی ہے۔ لیکن اللہ تعالیٰ نے اس عمل کی برکت سے مشکل کام کو آسانی میں تبدیل فرما دیا۔ مجھے اس سلسلے میں پہلے کبھی اتنی آسانی میسر نہیں ہوئی۔

(6) بندہ کو بار بار اس چیز کا تجربہ ہو رہا ہے کہ جب بھی کوئی کام کیا تو کام کرنے سے پہلے دل میں یہ خیال کیا کہ یا اللہ یہ کام تو کرے یا کروائے گا اور وہ کام ہو گیا اور بندہ کے ساتھ اتنی بار ایسا ہوا کہ یاد بھی نہیں بلکہ عادت بن چکی ہے اور وہ کام ہو جاتا ہے۔ میں ایک دوکان پر گیا، گولیاں لینی تھی تو دل میں خیال کیا یا اللہ میں اس سے کہوں گا رعایت کرا اور یہ نہیں کرے گا بس تو کروا دے۔ میں نے دوکاندار سے پوچھا تو اس نے کچھ روپوں کی رعایت کر دی (حالانکہ اس سے پہلے بندہ کے دل میں یہ بات تھی کہ یہ اتنے پیسے چھوڑ دے اور وہی ہوا)۔

(7) ایک دفعہ میرے گھر والے کسی بات پر سخت ناراض ہو گئے۔ میں اپنے گھر کے دروازے پر پہنچا اور دل ہی دل میں اللہ پاک سے عرض کی یا اللہ تو ہی میری مدد فرما اور میں گھر داخل ہو گیا۔ بندہ کو حیرت ہوئی کہ گھر میں کسی نے ایک لفظ

تک نہیں کہا اور نہ یہ کہا کہ فلاں کام کیوں کیا؟ میں نے اس عمل میں بڑی طاقت دیکھی ہے۔ پہلے میں اس عمل پر شک کرتا تھا لیکن اب یقین ہوتا ہے کہ کام ہوگا اور وہ ہو جاتا ہے۔ بڑا عجیب عمل ہے اور نہایت آسان۔ اس لیے بندہ نے اس کو اپنا معمول بنالیا ہے۔

روحانی محفل اور علاج (وقت ہر محفل کے لیے 2 گھنٹے)

(راناذوالفقارعلی۔۔۔اسلام آباد)

صرف تین دن کے لیے

پہلا آدھ گھنٹہ :۔ سورۃ یسین ایک بار اور ﷺ بار بار

اسکے بعد :۔ ہر مسئلے کی نوعیت کے مطابق

(1) (پناہ کے لیے) سورۃ فلق اور سورۃ الناس بار بار پڑھیں، اس کا پڑھنا ہر مسئلے کا حل ہے۔ کیونکہ جب اللہ جل جلالہ پناہ دیدے تو کوئی چیز مانگنے کے لیے باقی نہیں رہتی زندگی میں کوئی بھی کام کرنا ہو یا بچے بچی کا فیصلہ کرنا ہو اور اگر کر بھی لیا تو اس کی خیر و برکت کے لیے (یہ محفل ہر ایک کے لیے ضروری ہے)

(2) (نگہبانی اور حفاظت کے لیے) یَا مُھَیْمِنُ یَا حَفِیْظُ (500 بار روزانہ)

(3) (قضائے حاجت محتاجی سے چھٹکارا، دشمن پر غلبہ، جادو ٹونے سے نجات اور انٹرویو اور زندگی میں کامیابی کے لیے) یَا قَوِیُّ یَا عَزِیْزُ اے طاقتور اے غالب (500 بار روزانہ)

(4) (دل کے مرض کے لیے) اِنَّا لِلّٰہِ وَ اِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْن . بار بار۔

(5) (شوگر کے مرض کے لیے) سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ . بار بار۔ (سورۃ یسین، آیت نمبر 58)

(6) (دشمنوں سے بچاؤ اور کینسر کے لیے) قُلْنَا يٰنَارُ كُوْنِىْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰٓى اِبْرٰهِيْمَ o

(سورۃ انبیاء، آیت نمبر 69)

(7) (ہر حاجت اور طلب کے لیے) (اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْن یَا اللّٰہ یا رحمٰنُ) (اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْن یَا اللّٰہ یَارَحِیْم) بار بار۔

(8) (مصیبت کو ٹالنے کے لیے) فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا o اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۔ بار بار۔

(سورۃ الم نشرح، آیت نمبر 5,6)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۔ پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک ماریں، پانی پر بھی تین بار پھونک ماریں۔ جس جس گھر میں رہتے ہیں اس کی طرف خیر و برکت کے لیے تین پھونکیں ماریں اور کاروبار کے لیے دوکان یا کارخانہ یا ملازمت والی جگہ کی طرف تین پھونکیں ماریں۔ دم کیئے ہوئے پانی سے تھوڑا پانی لیں گھر کی چھت پر چاروں کونوں میں پانی ڈالیں۔ آسمانی بلائیں دور ہو جائیں گی، گھر کی دیواروں پر دم کیا ہوا پانی چھڑکائیں۔ تو گھر کے اندر تعویز دھاگہ، نحوست، کالا جادو ختم ہو جائے گا، انشاء اللہ۔ باقی پانی پینے کے لیے ہے۔ اس سے جسمانی شفاء اور روحانی علاج ہو جائے گا۔ طلباء و طالبات تعلیمی کامیابی کے لیے **یَا فَتَّاحُ یَا عَزِیْزُ یَا حَکِیْمُ** کا وظیفہ کیا کریں۔

پتھری اور میرا آسان آزمودہ ٹوٹکہ

(عبدالغفور کنول۔۔۔فورٹ عباس ضلع بہاولنگر)

حکیم محمد طارق محمود صاحب السلام علیکم!

آج میں جو نسخہ ماہنامہ عبقری کے قارئین کے لیے لکھ رہا ہوں وہ نا صرف میں نے اپنے بھائی بلکہ گاؤں کے متعدد لوگوں پر آزما چکا ہوں۔ اس سے لوگوں کو بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے۔ اصل میں یہ پتھری کا نسخہ ہے۔ آج کل لوگ ہزاروں کی دوائیاں کھاتے ہیں لیکن فائدہ بالکل نہیں ہوتا۔ بعض دفعہ تو ڈاکٹر فوراً آپریشن کا مشورہ دیتے ہیں اور بیچارے لوگوں کو مجبوراً کرانا پڑتا ہے۔ لیکن بات پھر کچھ عرصے کے بعد ویسی کی ویسی ہی رہتی ہے۔ میرے بھائی کے مثانے میں پتھری تھی (جس کا نام عبدالغفار طاہر ہے) درد اتنا شدید تھا کہ سہنا مشکل تھا۔ ہم نے بڑی دوائیاں لیں حتیٰ کہ فورٹ عباس تو کیا لاہور شہر سے بھی دوائی منگوائی لیکن کچھ فرق نہیں پڑا (اب آپ سوچتے ہوں گے کہ مجھے کیسے معلوم کہ مثانے میں پتھری ہی تھی۔ اس بات کا جواب یہ ہے کہ ہم نے ڈاکٹر خالد اور شاہد دونوں سے الٹرا ساؤنڈ کرائے ایک نے لمبی پتھری بتائی تو دوسرے نے گول لیکن ان الٹرا ساؤنڈز سے یہ بات ثابت ضرور ہوگئی کہ پتھری ہے ضرور، لمبی ہو یا گول۔ ایک دن ہمارے ماموں حاجی مشتاق آئے اور انہوں نے بتایا کہ ایک کلو لیموں (Lemons) لے لیں اور ان کا پانی نکال لیں۔ آپ 6 یا سات کوڈیاں (پنسار سے لیکر) اس میں ڈال دیں۔ اس پانی کو جس بوتل میں ڈالیں اس کو دو تین گھنٹے ہلاتے رہیں۔ تاکہ وہ کوڈیاں (سپیاں) پانی میں حل ہو جائیں۔ اس کام کو مکمل ہوتے دو یا تین دن لگیں گے۔ یہ بات یاد رکھنا کہ ڈھکن کو کھلا رکھنا ہے تاکہ گیس کا اخراج ہو سکے۔ جب کوڈیاں قریباً حل ہو جائیں تو اس پانی کو اچھی طرح نتھار لیں اب آپ جتنا آسانی سے پی سکتے ہیں اتنا لیموں کا پانی اور اتنا ہی سادہ پانی یعنی دونوں کو ملا کر پی لیں۔ آپ دیکھیں گے کہ جب پانی ختم ہوگا، ساتھ ہی انشاء اللہ پتھری بھی ختم ہو جائے گی۔ آپکو پتا بھی نہیں چلے گا کہ پتھری کیسے نکل گئی۔ لیکن یہ یاد رکھنا کہ اگر لیموؤں سے پانی تھوڑا نکلے تو کوڈیاں بھی تھوڑی کر دینی ہیں۔ یعنی کم کوڈیاں ڈالنی ہیں۔" اس بات کا پہلے تو ہمیں یقین نہیں آتا تھا۔ لیکن چونکہ ہم ہر طرف سے لاچار تھے اس لیے ہم نے اس نسخہ کو تجربہ کے طور استعمال کیا۔ پانی پینے کے ایک دن بعد بھائی نے دو بار الٹرا ساؤنڈ کرایا تو ڈاکٹر کی رپورٹ کے مطابق پتھری کا نام بھی نہیں تھا (اس پانی کو صبح شام دو وقت اور ضرورت پڑنے پر تین وقت بھی استعمال کر سکتے ہیں) پتھری چاہے گردوں میں ہو یا مثانے میں، یہ نسخہ بہترین علاج ہے۔ میں آپکو ان لوگوں کے نام نہیں گنوا سکتا جن کو ہم نے پھر یہ نسخہ بتایا اور انہوں نے ہمیں بالکل ٹھیک ہونے کا یقین دلایا۔ مجھے امید ہے آپ اس نسخہ کو میرے نام کے ساتھ ضرور ماہنامہ عبقری شائع کریں گے۔ والسلام۔

دفع چنبل

(مرسلہ: عطاء الرحمٰن۔۔۔از خانوخیل)

(1) لال کیلا ایک چھٹانک **(2)** مردار سنگ ایک چھٹانک۔ ان دونوں کا سفوف بنا کر اس میں مکھن ملائیں، چنبل والی جگہ پر لگائیں، چند روز کے استعمال سے چنبل کافور ہو جائے گی۔

آپ کا خواب اور تعبیر

دادی مرحومہ خوش ہیں

(شازیہ۔۔۔رانی پور)

خواب: میں اپنے خواب میں اکثر دیکھتی ہوں کہ میری دادی سفید ساڑھی پہن کر نیم کے درخت کے نیچے بیٹھی ہیں ان کے پاس پان دان بھی رکھا ہے۔ پان بھی کھا رہی ہیں اور بہت ساری عورتیں ان کے گرد بیٹھی ہوئی ہیں۔ میں جب اپنی دادی کو دیکھتی ہوں تو حیران ہوتی ہوں دادی مجھے بلاتی بھی ہیں اور میں ان کے قریب جانے سے ڈر رہی ہوں۔ میں بھاگتی ہوں۔ میری دادی میرا نام لے کر بلاتی ہیں۔ پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کی دادی صاحبہ کی مغفرت ہو چکی ہے اور وہ وہاں خوش ہیں اور آپ کی طرف روحانی توجہ ہے جس سے آپ کو نفع پہنچے گا۔ واللہ اعلم

دشمنوں میں ناکامی

(صفدر حیدر۔۔۔پنڈی)

خواب: میں نے دیکھا کہ میں گھر سے یہ ارادہ کر کے نکلا کہ پارک جا رہا ہوں (جو ہمارے گھر سے کچھ فاصلہ پر ہی ہے) جب میں وہاں پہنچا تو پارک کا نقشہ بھی بدلا ہوا ہے اور وہاں پر ہر طرف کتوں کے جسم کے ٹکڑے بکھرے پڑے ہیں۔ کسی طرف سر پڑے ہیں میں ان کے اوپر سے ہوتا ہوا جب آگے پہنچتا ہوں تو وہاں ایک زیارت ہے (جو صرف خواب میں تھی ورنہ وہاں کوئی زیارت وغیرہ نہیں) جہاں ہمارے باقی گھر والے بھی موجود ہیں۔ وہاں سے دعا وغیرہ کر کے نکلتے ہیں تو سب گھر والے گھبرا رہے ہیں۔ لیکن میں ان سب کو ٹکڑوں سے گزار کر باہر لے آتا ہوں، پھر میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کا یہ خواب آپ کے حق میں اس اعتبار سے اچھا ہے کہ آپ کے دشمن ناکام ہوں گے اور ان کو رسوائی ہو گی۔ نیز ان دشمنوں کے شر سے آپ کا خاندان آپ کی وجہ سے محفوظ رہے گا اور امن و عافیت نصیب ہو گی۔ آپ حسب توفیق صدقہ بھی دے دیں اور ایک ہزار کلمہ شریف پڑھ کر تمام انبیاءؑ اور اولیاء عظامؒ کو اس کا ثواب بخش دیں۔ واللہ اعلم۔

دین میں کوتاہی

(ر۔ن۔۔۔اٹک)

خواب: میری امی عموماً خواب میں کبھی اپنی والدہ مرحومہ کو دیکھتی ہیں، کبھی میری مرحوم چچی کو دیکھتی ہیں، کبھی قبرستان دیکھتی ہیں۔ اس کی وجہ سے وہ بہت پریشان رہتی ہیں۔

تعبیر: آپ کی والدہ صاحبہ غالباً ان مرحومین کے حق میں ایصال ثواب کرنے میں کوتاہی کرتی ہیں یا ان کی دوستی ایسی عورتوں سے ہے جو بے دین اور جاہل ہیں۔ جن کی صحبت سے ان پر بھی برا اثر پڑ رہا ہے اس لیے انہیں چاہیے کہ وہ اپنے دین کی فکر کریں اور ایسے لوگوں سے اجتناب کریں۔ فقط واللہ اعلم

شہرت یافتہ انسان

(رشیہ بلوچ۔۔۔کوئٹہ)

خواب: دیکھا کہ میں اپنی امی کے ساتھ کہیں جا رہی ہوں۔ کچھ اور لوگ بھی ہمارے ساتھ ہیں۔ شام ہو گئی ہے کہ میری نظر آسمان پر جاتی ہے۔ جہاں پر چاند چمک رہا ہوتا ہے۔ چاند کا رنگ آتشی مالٹی ہوتا ہے، چاند پورا ہوتا ہے۔ خوبصورت خطاطی سے ایک آیت لکھی ہوئی ہے۔ **المسلمون واللہ رحمت اللعالمین**۔ میں جا کر امی کو بتاتی ہوں جو کہ سوئی ہوئی ہوتی ہیں۔ تو امی کہتی ہیں کہ ہاں بیٹا ایسی چیزیں نیک لوگوں کو ہی نظر آتی ہیں اور پھر میں بہت خاموش ہو کر چاند کو تکنے لگتی ہوں اور میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: انشاء اللہ آپ کا شوہر جس کے بارے میں آپ نے استخارہ کیا ہے ایک اچھا اور شہرت یافتہ انسان ہو گا جس پر آپ کو بھی فخر ہو گا اور اللہ کی خاص رحمت آپ دونوں کے شامل حال رہے گی۔ واللہ اعلم۔

اللہ کی رحمت

(توقیر۔کراچی)

خواب: میں نے دیکھا کہ صحن میں ایک کیاری ہے اس میں چھوٹے بڑے پودے لگے ہیں۔ پھر میں نے سنا کہ اس میں ایک چھوٹا پودا ہے اس کے پتہ پر پھول کھلے گا۔ جب پھول کھل جائے گا تو اعلان ہو گا اور سب دیکھنے آئیں گے۔ میں کیاری کے پاس گئی ایک پودا جس میں پانچ چھ پتے لگے تھے ایک پتہ اٹھا کر دیکھا تو اس میں نارنجی رنگ کے ایک پھول کی شبیہہ بنی تھی بالکل جیسے نقشہ بنا ہوتا ہے۔ اتنے میں ایک پڑوسن آئیں، کہنے لگیں خالہ جان پتہ مجھے بھی دکھا دیں میں نے کہا نہیں جب پھول کھلے گا، اعلان ہو گا سب دیکھنے آئیں گے، آپ بھی دیکھ لیں اتنے میں میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اللہ رب العزت آپ کو گناہوں سے توبہ کی توفیق عطا کریں گے اور آپ کی نیکیاں اللہ کے ہاں مقبول ہوں گی۔ باقی جو بزرگ فوت ہوئے ہیں ان میں سے بعض کی گناہوں سے توبہ میں کوتاہی ہو گئی ہے۔ ان کی طرف سے بھی ان کے گناہوں کا استغفار کر لیں اور انہیں ایصال ثواب کریں تا کہ انکو نفع پہنچے۔ واللہ اعلم

مطلوبہ رشتہ

(ناصرہ۔۔۔سیالکوٹ)

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اور امی بیٹھے ہیں۔ میرا کزن آتا ہے اس کے ہاتھ میں اس آدمی کا رومال ہوتا ہے جس سے میں شادی کرنا چاہتی ہوں۔ میرا کزن امی کو رومال دیتا ہے اور کہتا ہے اسے دھو دو۔ میری امی رومال لیکر مجھے دیتی ہیں اور کہتی ہیں دھو دو۔ میں رومال دھو کر اس کا ربن سیتی ہوں جس طرح لڑکیاں ربن باندھتی ہیں۔ اس طرح میں بالوں میں باندھ لیتی ہوں۔ جب میرا کزن رومال مانگتا ہے تو میں اسے اپنے ابو کا رومال دے دیتی ہوں۔

تعبیر: آپ کا آپ کا مطلوبہ رشتہ ملے گا اور آپ کی ازدواجی زندگی بہت خوشحال ہو گی اگرچہ اس میں رکاوٹ پیش آئے گی۔ خصوصاً آپ کے کزن کی طرف سے مگر آپ کی حکمت و دانائی سے بڑے بزرگ رضامند ہو جائیں گے۔ واللہ اعلم۔

جائز دلی مراد

(غلام رسول۔۔۔فیصل آباد)

خواب: میں نے دیکھا کہ نماز پڑھنے کے بعد امام صاحب دعا مانگ رہے ہیں وہ رو رہے ہیں انکے ساتھ میں بھی بہت رو رو کر دعا مانگ رہا ہوں اس کے بعد آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کا خواب بہت مبارک ہے اور آپ کی جائز دلی مراد پوری ہونے کی بشارت ہے۔ بشرطیکہ آپ کے دل سے اس مقصد کے حصول کی کوشش کریں۔ خصوصاً اللہ رب العزت کی مدد و نصرت کا سوال بھی کرتے رہیں۔ انشاء اللہ اس عظیم ذات کے سامنے کوئی شے ''انہونی'' نہیں۔ واللہ اعلم

مجذوبی مرکزِ روحانیت وامن میں اسمِ اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس' مسنون ذکر خاص' مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنٰی اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں۔ اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات، الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں۔ جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

زینب بی بی...... کراچی۔ محمد علی...... کوئٹہ۔ کشور ناہید...... لیہ۔ زہرہ بتول...... ملتان۔ شکیلہ نور...... فیصل آباد۔ اعجاز احمد...... کراچی۔ شیخ طیب...... گجرات۔ سلیم ریحان...... کراچی۔ عمران ہاشمی...... نواب شاہ۔ منیرہ حیدر...... کراچی۔ سلمٰی حمید...... لاڑکانہ۔ ثناء رضی...... کراچی سید منظور علی......

پشاور۔ عائشہ امین...... سکھر۔ زبیر عالم...... ملتان۔ رضیہ اکبر...... کوٹ ادو۔ سلیم حیدر...... جہلم انجم ظہور...... جیکب آباد۔ فارحہ انیس...... لاہور۔ عامر فاروقی...... ڈی جی کوٹ۔ سرفراز حسین...... گجرات۔ راشدہ اقبال...... اسلام آباد۔ عارضہ سعید...... سیالکوٹ۔ محمد اسماعیل...... صادق آباد۔ ابراہیم حسن...... سانگھڑ۔ سمعیہ غنی...... گوجرانوالہ۔ محمد رمضان...... کہوٹہ راولپنڈی۔ حافظ محمد حسین رضوی...... فتح جنگ۔ عامر...... سرگودھا۔ طارق حسین بھٹی...... وہاڑی۔ عبدالمجید...... ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ محمد عبیداللہ...... جھنگ۔ صبیحہ...... میلسی۔ محمد یحیٰی صدانی...... ڈیرہ بگٹی محمد نصیر...... کوئٹہ۔ ام عمارہ نور فاطمہ...... سوات۔ محمد یامین خان عزیزی...... فیصل آباد۔ فیضان الحق...... شانگلہ سرحد۔ عائشہ...... ہارون آباد۔ حمیرا گل...... فیصل آباد۔ ا۔ش، پنڈی محمد اشرف...... لاہور۔ محمد ساجد...... ڈیرہ اسماعیل خان۔ محمد افضل...... ننکانہ صاحب۔ محمد وقاص اسلم...... ڈیرہ غازی خان۔ محمد فاروق...... گلگت۔ ایک مریضہ...... شمالی علاقہ جات شبیر فاروقی...... نواب شاہ۔ حمیدہ بانو...... چکوال۔ علی...... سکھر شیخ اللہ بخش...... بہاولپور۔ محمد آصف...... احمد پور شرقیہ۔ محمد ساجد نقشبندی...... بہاولنگر۔ محمد اصغر سراج...... لاہور۔ زینب...... مظفر گڑھ۔ نورین...... ساہیوال۔ صغراں بی بی...... اٹک

(بقیہ: نئی نسل کے سلگتے اور الجھے مسائل)

(9) جسم کمزور اور چہرے کا رنگ زرد ہوتا جاتا ہے۔ (10) پنڈلیاں بالکل بے جان ہوجاتی ہیں، پنڈلیوں میں درد بھی ہوتا ہے (11) احساسِ کمتری پریشان رکھتی ہے (12) کلاس میں استاد سوال پوچھ بیٹھے تو کھڑا ہوتے ہی دل پر گھبراہٹ طاری ہو جاتی ہے۔ ہاتھوں اور پاؤں سے پسینہ پھوٹ آتا ہے۔ زبان بند ہو جاتی ہے اور غشی سی آنے لگتی ہے۔ جواب یاد ہوتا ہے مگر ذہن سے نکل جاتا ہے۔ دو چار آدمیوں کی موجودگی میں منہ سے آواز نہیں نکلتی۔ بولو تو زبان ہکلاتی ہے۔ (13) آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا ہے (14) آنکھوں کے سامنے تارے ناچنے لگتے ہیں (15) کسی سے بات کرنے کو طبیعت نہیں چاہتی۔ کوئی بات یاد نہیں رہتی۔ حافظہ کمزور ہو جاتا ہے۔ رونے کو جی چاہتا ہے۔ یہ تمام علامتیں لڑکوں اور لڑکیوں کی یکساں ہیں۔ لڑکیوں نے اپنے خطوط میں یہ اضافہ کیا ہے کہ مردوں سے نفرت ہے۔ والدین شادی کی بات کرتے ہیں تو دماغ پر گھبراہٹ اور دل میں نفرت پیدا ہونے لگتی ہے۔ ان میں سے بعض نونہالوں نے کتابوں اور فلسفے میں جا پناہ لی ہے مگر وہاں بھی انہیں معمول کا سامنا ہوتا ہے۔ ان میں کچھ ایسے بھی ہیں جنہوں نے اساتذہ قسم کے شاعروں کے اشعار کو فلسفۂ حیات سمجھ لیا ہے۔

مثلاً غالب کا یہ شعر

قیدِ حیات و بندِ غم اصل میں دونوں ایک ہیں
موت سے پہلے آدمی غم سے نجات پائے کیوں

فلسفۂ حیات اور فلمی گیت: ایسے نوجوانوں کی تعداد بھی کم نہیں جو فلمی گیتوں کو فلسفۂ حیات سمجھ بیٹھے ہیں۔ ان میں بہت سے ایسے ہیں جو لکھتے ہیں۔...... ''اگر غم ہی اصل زندگی ہے تو جینے کا فائدہ ہی کیا؟ میں کسی کو ہنستے دیکھتا ہوں تو اس پر غصہ آتا ہے اور میں اسے جاہل سمجھتا ہوں۔ میں زندہ رہ کر کوئی بڑا کام کرنا چاہتا ہوں یا بڑا نام پیدا کرنا چاہتا ہوں مگر زندگی اتنی بے مقصد کیوں نظر آتی ہے کہ مرجانے کو جی چاہتا ہے، دماغ سوچ سوچ کر تھک گیا ہے اور دل پر ایک بوجھ یا خوف سا رہتا ہے جسے میں اچھی طرح بیان نہیں کرسکتا۔ خدا کے واسطے مجھے راستہ دکھائیں''

یہ نوجوان حقائق اور فلسفے کے درمیان جو تاریکی ہے اس میں بھٹک گئے ہیں۔ ہم اس رجحان کی وضاحت اور علاج آگے چل کر بیان کریں گے۔ ان میں سے کئی ایک نوجوان یہاں تک لکھ ڈالتے ہیں کہ اگر آپ نے میرا علاج نہ کیا تو میں خودکشی کرلوں گا۔'' جب یہ زندگی ہی بے مقصد ہے تو میں جی کے کیا کروں گا''

یہ ایک ایسا خطرہ ہے جس نے ہمیں مجبور کر دیا ہے کہ ہم اصل بات کھل کر بیان کردیں۔ نوجوانوں کے مندرجہ بالا ''مرض'' کی اصل تشخیص سے باخبر ہوتے ہوئے بھی ہم اس اہم مسئلے کو ''ماہنامہ عبقری'' کے صفحات پر لانے سے گریز کرتے رہے کیونکہ موضوع کا براہِ راست تعلق جنسیات سے ہے۔ موضوع کی نزاکت اور عریانی کے خدشے کے پیش نظر ہم پر حجاب سا طاری رہا۔ بہت سوچ بچار کے بعد ہم اس نتیجے پر پہنچے کہ والدین اور بچوں کے درمیان یہی حجاب حائل رہا ہے جس نے بچوں کو جوانی کی دہلیز پر آکر نفسیاتی خلفشار اور جسمانی الجھنوں میں مبتلا کر دیا ہے۔

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی : رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور**: اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی**: کہاشاں نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور**: شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ**: ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان**: الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ **رحیم یار خان**: امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال** : طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور**: ملک نیوز ایجنسی، 0333-7674484۔ **ڈیرہ غازی خان**: عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ** : حافظ طلحہ اسلام صاحب 0334-6307057۔ **حاصل پور** : گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ **درگاہ پاکپتن**: مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ**: محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ**: النور نیوز ایجنسی، 066-2413121۔ **گجرات**:۔ خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں** : حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس 0632-508841۔ **شورکوٹ کینٹ** : عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578۔ **بہاولپور** : شیخ اقبال صاحب، شیم نیوز ایجنسی 0300-9688351۔ **بوریوالہ**: سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی**: فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف** : شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ** : حاجی محمد یٰسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد** : شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892951۔ **ڈسکہ**: نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد** : الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر** : الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ**: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **اٹک**: نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **میلسی** : امتیاز احمد صاحب الواحد فیملی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ **خان پور** : چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ**: حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد**:۔ ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **صادق آباد**: عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **گوجرانوالہ** : عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول اسپتال قاحہ دیدار سنگھ، 0554-710430۔ **بھکر** : ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو**: عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515 **منڈی بہاؤ الدین** : آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0456-504847۔ **احمد پور شرقیہ**: بخاری نیوز ایجنسی، 0302-8674075 **بنوں**: امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال** : محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفر وال۔ **گلگت**: نارتھ نیوز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ۔ **شمالی علاقہ جات**: جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ گاہکوچ۔ غذر شمالی علاقہ جات۔ **ہنزہ**: ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ **سکردو**: سودے بکس اسٹور۔ لنک روڈ سکردو، بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔ **جہانیاں** : حافظ نذیر احمد، جہانیاں کلاتھ ہاؤس اور سنٹر، 306-7604603۔ **گوجرانوالہ**: رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300,6422516

دس چیزوں کے دس چیزوں پر اثرات

جھوٹ:	رزق کو کھا جاتا ہے۔	صدقہ:	بلا کو کھا جاتا ہے۔
غصہ:	عقل کو کھا جاتا ہے۔	تکبر :	علم کو کھا جاتا ہے۔
عدل:	ظلم کو کھا جاتا ہے۔	غم:	عمر کو کھا جاتا ہے۔
توبہ:	گناہ کو کھا جاتی ہے۔	غیبت:	عمل کو کھا جاتی ہے۔
پشیمانی:	سخاوت کو کھا جاتی ہے۔	نیکی:	بدی کو کھا جاتی ہے۔

(مرسلہ: صوفی اقبال۔ سرائے عالمگیر ضلع گجرات)

اور جنہوں نے لوگوں پر ظلم کئے ہیں ان کو مرنے کے قریب معلوم ہوجائے گا کہ کس جگہ ان کو لوٹ کر جانا ہے

(بقیہ: ٹماٹر سے تیار شدہ چیزوں کے فائدے)

جب اس کی تشخیص ہو کافی بڑھ چکی ہوتی ہے۔ گو بوسیدگی عظام کو بڑھاپے کی بیماری سمجھا جاتا ہے۔ لیکن حقیقت یہ ہے کہ ہڈی کی گنجانیت پینتیس سال کی عمر میں اپنی انتہا کو پہنچ کر گھٹنا شروع ہو جاتی ہے۔ اگر اس عمر میں گنجانیت بہت اچھی ہو تو آئندہ چل کر اس کا فائدہ ہوتا ہے، لہٰذا ماہرین کے خیال میں ٹماٹر کا استعمال عمر کے ہر حصے میں جاری رہنا چاہیے۔

کنیڈا کے سائنس دان اب یہ دیکھنا چاہتے ہیں کہ اگر ٹماٹر کے ست سے گولیاں تیار کی جائیں تو بوسیدگی عظام کے مریضوں پر ان کا کیا اثر ہوگا۔ ابھی تک وہ جس نتیجے پر پہنچے ہیں وہ یہ ہے کہ اگر روزانہ ٹماٹر کا آٹھ اونس عرق پیا جائے یا ڈیڑھ سو گرام پاستا ساس کھایا جائے یا لائی کوپین کی ایک گولی کھائی جائے تو جسم میں لائی کوپین کی مقدار مناسب سطح پر رہتی ہے۔ ان ماہرین کا خیال ہے کہ اکثر لوگوں کو غذا سے صحیح مقدار میں لائی کوپین حاصل نہیں ہو پاتی۔ یہ بات کچھ عجیب سی ہے کہ ہمارا جسم تازہ ٹماٹر سے اتنی لائی کوپین نہیں جذب کر پاتا جتنا کہ ٹماٹر کے پاستا ساس یا کیچپ سے۔ مطلب یہ ہے کہ تازہ ٹماٹر کی نسبت پکے ہوئے یا پروسیسڈ ٹماٹر سے جسم کو زیادہ لائی کوپین ملتی ہے۔

کچھ عرصہ پہلے غدۂ مثانہ کے سرطان پر ٹماٹر سے تیار شدہ کے اثرات کے بارے میں جو تحقیق ہوئی تھی، اس میں یہ نتیجہ نکالا گیا تھا کہ اگر ٹماٹر کا کیچپ یا ساس ہفتے میں دو بار کھا لی جایا کرے تو مردوں میں غدۂ مثانہ کے سرطان کا خطرہ ایک تہائی کم ہو سکتا ہے۔ امریکا کے ایک غذائی ماہر نے بارہ سال پر محیط ایک تحقیقی مطالعے کی بنیاد پر یہ بات کہی کہ ٹماٹر کا کیچپ لائی کوپین کے حصول کا بہت اچھا ذریعہ ہے۔ اس کی تیاری کا عمل اس طرح ہوتا ہے کہ یہ ٹماٹر سے زیادہ سے زیادہ لائی کوپین جذب کر لیتا ہے۔ گو صدف ماہی، تربوز اور گلابی چکوترے میں بھی لائی کوپین پایا جاتا ہے، لیکن ٹماٹر اس کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔

(بقیہ: تاریخ کے آئینے میں)

کہ میں نے ایک مرتبہ حضرت یوسفؑ کو خواب میں دیکھا اور ان سے درخواست کی کہ مجھ کو خواب کی تعبیر سکھا دیجئے۔ انہوں نے فرمایا ''اپنا منہ کھولو'' میں نے تعمیل ارشاد میں منہ کھولا تو آپ نے اس میں اپنا لعاب دہن ڈال دیا، اس واقعے کے بعد سے میں خواب کی تعبیر بیان کرنے لگا''

(بقیہ: فقر بعض دفعہ کفر میں ڈھلنے کے قریب لے جاتا ہے)

خود پر قابو پاتا ہے۔ یعنی صبر کرتا ہے۔ فتح مکہ کے بعد حضور ﷺ نے اپنے خون کے پیاسوں کو بھی معاف کر دیا۔ مصیبت کے وقت اللہ تعالیٰ کی رحمت پر یقین رکھتے ہوئے عزم و ہمت کے ساتھ تحمل کرنا چاہئے۔ اللہ کامیابی کی صورت دکھائے گا۔ ہادی اسلام کو اس سلسلہ میں بارگاہِ الٰہی سے جو ہدایت ارشاد ہوئی وہ امت کے لیے چراغ راہ ہے۔ ''اور اپنے رب کے فیصلے کا استقلال کے ساتھ انتظار کریں۔ کہ ہماری آنکھیں آپ کی پاسبان ہیں۔'' دنیا کی ہر تکلیف گناہ کی آلائش کو دھوتی ہے۔ ہر دشواری ہر بلا مردان کار کے لیے دعوت عمل اور وسیلہ قرب الٰہی ہے۔ یہیں ان کے صبر کے جوہر کھلتے ہیں۔ اور دنیا و آخرت میں سرخرو ہوتے ہیں۔ حضرت ابراہیمؑ کے پاس اللہ تعالیٰ کی طرف سے وحی نازل ہوئی کہ مجھے شکستہ دل بندوں کے پاس تلاش کرو۔ انہوں نے پوچھا۔ یا اللہ! وہ کون لوگ ہیں۔ جواب ملا ''صابر وفقراء''۔ بے شک صبر کا اجر بے کنار ہے۔ بشارت ربانی ہے۔ ''صبر کرنے والوں کو ان کا اجر بغیر حساب کے ملتا ہے۔''

(بقیہ: ویران صحت اجڑا چہرہ اور تندرستی کی کرن)

لوہے کی دکان کے مالک ایک شیخ صاحب یہ دوائی کئی سالوں سے مسلسل لے جا رہے تھے۔ میں نے کہا آپ کے بواسیر کے مریض ابھی تک تندرست نہیں ہوئے۔ ہنس کر کہنے لگے۔ حاجی صاحب آپ کو پتا ہی نہیں اس دوائی کے اور بہت سے فائدے ہیں۔ ہیپا ٹائٹس کے مایوس مریضوں کو دیتا ہوں۔ مہینہ، دو مہینے یا اس سے زیادہ اور بعض اس سے بھی کم عرصے میں تندرست ہوتے دیکھے ہیں۔ جوڑوں کے درد کے پرانے سے پرانے مریض جن کے جسم کا کوئی بھی حصہ حرکت نہیں کر سکتا تھا۔ وہ تندرست ہوئے۔ عام اعصابی کمزوری، جسمانی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، تھکان، عورتوں اور مردوں کے کمر کا درد، مہروں اور ڈسک کے مسائل حیرت انگیز طور پر بہتر ہوئے۔ بلکہ عجیب بات یہ ہے کئی مریضوں کے دل کے والو کھل گئے اور گن کر میں نے اب تک 63 مریضوں کو یہ دوا دی ہے۔ جواز دواجی زندگی سے بالکل غیر مطمئن اور مایوس تھے ان میں جوان، بڑے بوڑھے تک شامل ہیں۔ خواتین میں ایام کی بے قاعدگی، موٹاپا اور لیکوریا کے امراض کے لیے یہ نسخہ بہت مفید ہے۔ مردوں میں اولاد کے جراثیموں کی کمی تک کو دور کرتا ہے۔ شیخ صاحب ایک ہی سانس میں یہ ساری بات کہہ گئے اور میں حیرت سے ان کا منہ تکتا رہ گیا کہ میرے پاس اتنا قیمتی نسخہ ہے اور مجھے اس کی قدر دانی نہیں۔ ایک ریٹائر حوالدار سے میں نے سوال کیا کہ آپ بہت عرصے سے یہ دوائی لے جاتے ہیں۔ آخر کیا کرتے ہیں؟ کہنے لگے میں گزشتہ سات سال سے وقتاً فوقتاً یہ دوا لے جاتا ہوں۔ بے اولاد جوڑے مرد بھی اور عورت بھی پانچ ماہ یہ کھا لیں تو انشاء اللہ شرطیہ بیٹا پیدا ہوتا ہے۔ جوڑوں کے درد، اعصابی کمزوری، بالوں کی سفیدی، دائمی نزلہ اور زکام سینکڑوں چھینکوں کا روز آنا، معدے کی گیس اور جلن، تیزابیت، دائمی قبض اور آنتوں کی خشکی، ان سب کے لیے ایک چھوٹا چمچ گرم دودھ یا پانی کے ساتھ صبح و شام دیتا ہوں۔ ایک مریض دوسرے مریض لاتا ہے۔ آپ لوگوں سے اپنے سینے کے راز نہیں چھپاتے لہٰذا آج میں اتنا لمبا سفر کر کے محض آپ کو یہ نسخہ بتانے آیا ہوں۔ قارئین حاجی صاحب نے جو سینے کا راز ڈرتے ڈرتے اور چھپتے چھپتے مجھے بتایا ہے وہ آپ کی نظر کرتا ہوں۔ اس کے مزید فوائد اور نتائج مجھے بتانا نہ بھولیے گا۔

(بقیہ: نصیحت کی باتیں بچوں کی زبانی)

پھر اس کے بعد حضرت حسینؓ نے اچھی طرح وضو کیا۔ پھر دونوں بھائی ان بزرگ کی طرف متوجہ ہوئے اور پوچھا۔ بزرگوار! آپ بتائیں کہ ہم دونوں میں سے کون ٹھیک وضو کرتا ہے؟ بابا جی بھی سمجھدار تھے بچوں کا اندازہ سمجھ گئے اور بولے! میرے بچو! آپ دونوں کا وضو ٹھیک ہے، میرا ہی غلط ہے۔ آپ دونوں کے وضو کو دیکھ کر میری بھی اصلاح ہوگئی ہے اور ان بزرگ نے دونوں بھائیوں کو بہت دعائیں دیں۔ اسطرح حضور ﷺ کے پیارے نواسوں نے حکمت و دانائی کے ساتھ اصلاح بھی کر دی اور ان کی دل شکنی بھی نہ ہوئی۔ ہمیں بھی چاہیے کہ پیار اور محبت کے ساتھ دوسروں کی اصلاح کریں اور بڑوں کی بے ادبی نہ کریں کیوں کہ:

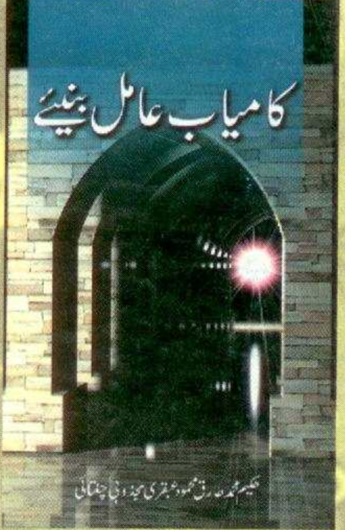
با ادب بانصیب   بے ادب بے نصیب

(بقیہ: حافظ قرآن کی توبہ واستغفار)

میں نے غلط کیا تو غلط ہوا، اچھا کیا تو اچھا ہوا 2003ء میں سرگودھا گیا تو حافظ صاحب سے ملا۔ وہ اپنے نئے مکان میں رہتا ہے۔ جو اس نے ذاتی خریدا۔ وہ اپنے بچوں کے ساتھ خوش رہ رہا ہے۔ میرے ملنے پر بہت خوش ہوا۔ اور کہا کہ بابا جی حافظ گمراہ ہو گیا تھا، دنیا داری میں پڑ گیا تھا۔ مگر جب توبہ استغفار اور اور یا اللہ تیرا شکر ہے کا ورد کیا اور محنت کی اور نیت صاف کی تو اللہ نے قرض اتارا۔ اور سب کچھ واپس کر دیا۔ مگر بیوی کا بہت افسوس ہے۔ کھوئی عزت دوبارہ مل گئی۔ وہی برادری ہے، جو ملنا پسند نہیں کرتی تھی اب آجکل سب سے میل جول ہے اور سب عزت کرتے ہیں۔ انسان کو معلوم ہونا چاہیے کہ گمراہی کے بعد وہ اگر لوٹ آئے تو اللہ بہت رحم کرنیوالا ہے۔ اپنوں کو چاہیے کہ برے وقت میں ساتھ دیں نہ کہ اسے چھوڑ دیں۔ اب میں حافظ کے ساتھ ساتھ حاجی بھی ہوں۔ اپنا گھر بار ہے اور بچے کما رہے ہیں۔ اچھا وقت گزر رہا ہے مگر دو باتیں نہیں بھولتا۔ ایک بیوی اور دوسرا برے وقت میں اپنوں کا چھوڑ جانا۔ بہر کیف توبہ استغفار میں بہت سکون ہے اور آج کل میں توبہ استغفار۔ یا اللہ تیرا شکر ہے کے علاوہ یہ بھی کہتا ہوں کہ اے اللہ عزت وسکون دے اور ہر مسلمان کو برائی سے بچا۔ یہ حافظ محمد حنیف کی کہانی۔ پھر بابا حاجی شمس الدین بولے کہ محمد عثمان علی بیٹے یہ ماہنامہ عبقری مجھے بھی لگوا دو۔ میں بھی اسے پڑھا کروں گا۔ میں نے وعدہ کیا اور خدا حافظ کہا اور اپنے گھر کی طرف لوٹ آیا۔

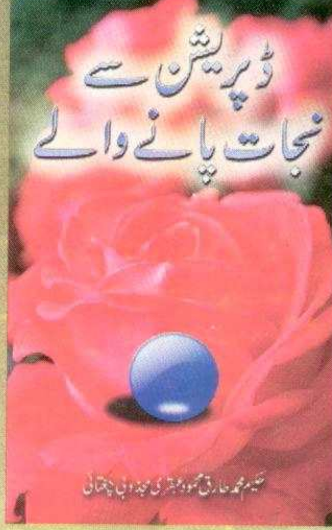
(بقیہ: گنا آپ کی صحت کا ضامن)

(18) بدن میں گلٹیاں اور غدودیں اور گانٹھیں ہوں تو ہلیلہ زرد تین ماشہ ہمراہ ایک پاؤ گنے کا رس پینے سے چند ہی روز میں یہ تمام بالکل ختم ہو جاتی ہیں (19) اگر دودھ پلانے والی عورتوں کو صبح و شام ایک پاؤ گنے کا رس ہمراہ ایک چھٹانک کانجی ملا کر پلایا جائے تو دودھ بڑھ جاتا ہے (20) اگر پیشاب کی نالی میں زخم یا سوزاک ہو جائے تو ایک تولہ آملہ کا چھلکا رات کو پاؤ گنے کے رس اور تین تولہ شہد میں ملا کر پینا مفید ہوتا ہے۔ بہتر ہے کہ آملہ کے چھلکے کو رات کے وقت پانی میں بھگو کر صبح صرف پانی میں چھان کر ہمراہ گنے کا رس اور شہد لیا جائے چند ہی روز کے استعمال سے پیشاب کی جلن اور سوزاک سے نجات مل جاتی ہے (21) گنا دانتوں کے لیے بہترین ورزش کا کام دیتا ہے، جب اسے چوسا جاتا ہے تو دانت مضبوط ہوتے ہیں (22) گنے کو چوسنا زیادہ مفید ہے کیونکہ ایسا کرنے سے لعاب دہن شامل ہو جاتا ہے جو ہاضمے کے عمل کو تیز کرتا ہے (23) گنے کا رس معدے کی تیزابیت کو دور کرتا ہے اور السر میں گنے کا رس تو انتہائی مفید ہے (24) یہ محرک باہ بھی ہوتا ہے (25) گنا بھوک کم کرتا ہے (26) یہ پیٹ میں کیڑے پیدا کرتا ہے (27) گنے کے رس میں انار کا جوس ملا کر پلانے سے خون کے دست آنے فوراً بند ہو جاتے ہیں (28) اگر نکسیر جاری ہو جائے تو گنے کا رس سونگھنے سے فوراً بند ہو جاتی ہے (29) کھانے کے بعد گنے کو چوسنے سے کھانا اچھی طرح ہضم ہو جاتا ہے (30) گنے کا رس پینے سے خشک کھانسی تر کھانسی بن جاتی ہے (31) خون کی قے کو روکنے کے لیے اس کا جوس پینا انتہائی مفید ہوتا ہے (32) اس کی کثرت بالخصوص بوڑھوں کے پھیپھڑوں کے لیے نقصان دہ ہوتی ہے۔



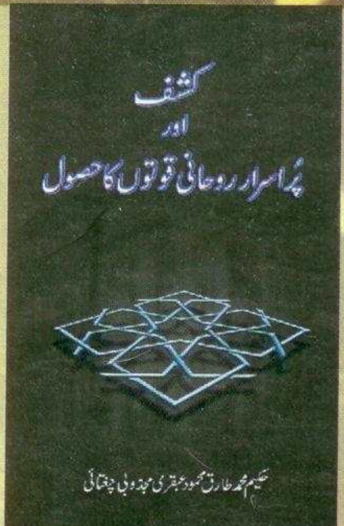
ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل، عامل کوئی کوئی، کامل کوئی نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام بیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہبر میسر نہیں آیا۔ یقین جانیے یہ کتاب ایک رہبر اور راہنما اور بامقصد ساتھی ہے جو ہر جگہ آپ کے کام آئے لوگ جو عامل بننا نہیں چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف وعملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے۔

(خوبصورت کاغذ اور ٹائٹل قیمت /180 روپے، رعایتی قیمت /110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



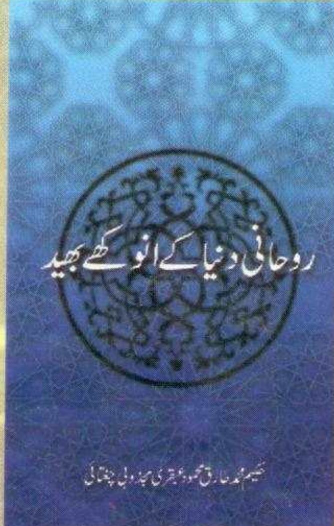
عالم انسانیت پریشان اضمحلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے آخر اس ڈیپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور آزمائے نہایت کامیاب نتائج سامنے آئے۔ وہ سب نتائج اس کتاب میں سمو دیئے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ ہے جس سے آپ ڈیپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈیپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوئے۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ قیمت /180 روپے، رعایتی قیمت /110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)



کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور دربدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے کچھ قدم قبرستانوں ویرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی ہے اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات ناقابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات یکجا کیے ہیں۔ ہر شخص پراسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے عروج پانے اور بے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے دربدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں وہ ہوا نہیں لگنے دیتے اور یہ بے مراد لوٹتا ہے ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہنچاننے والے بھی۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت /180 روپے، رعایتی قیمت /110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



کائنات ایک راز ہے یہ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ بھید کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور بھرپور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف دل کی دنیا جیتنے والے ہی پا سکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ باکمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت از بام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدردان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روحوں سے ملاقات کرواتا ہے آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روحوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت-/180 روپے، رعایتی قیمت-/110 روپے میں علاوہ ڈاک خرچ)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ **عبقری**® لاہور

اپریل 2008ء بمطابق ربیع الثانی 1429 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ: 15 روپے

22

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

خواجہ قطب الدین بختیار کاکیؒ کے وظائف اور عملیات

ورزشوں سے موسم گرما میں فٹنس

گناہوں کا کفارہ

میرا علاج نہ کیا تو خودکشی کرلوں گا

پرکشش آنکھیں اور سستی کاہلی دور

چوتھے آسمان سے مدد پہنچنے کا زبردست عمل

جوار کی روٹی اور مہلک بیماریوں کا خاتمہ

پچاس سال کے تجربات، عبقری کو گفٹ

مایوس اور لاعلاج مریضوں کے لیے آزمودہ اور پرتاثیر دوائیں

دائمی جوانی اور شادمانی آپ کے قدموں میں

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 10 جلد نمبر 2 اپریل 2008 بمطابق ربیع الثانی 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان — اپریل 2008ء

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے — اندرون ملک سالانہ 180 روپے — بیرون ملک سالانہ 40 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں...... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

Website:www.ubqari.net
Email:ubqari@hotmail.com

0322-4688313، 042-7552384

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اے ایمان والو! انصاف پر قائم رہو اور اللہ تعالیٰ کے لیے سچی گواہی دو خواہ (اس میں) تمہارا یا تمہارے ماں باپ اور رشتہ داروں کا نقصان ہی ہو اور گواہی کے وقت یہ خیال نہ کرو (کہ جس کے مقابلہ میں ہم گواہی دے رہے ہیں) یہ امیر ہے (اس کو نفع پہنچانا چاہئے) یا یہ غریب ہے (اس کا کیسے نقصان کردیں تم کسی کی امیری غریبی کو نہ دیکھو کیونکہ) وہ شخص اگر امیر ہے تو بھی اور غریب ہے تو بھی دونوں کے ساتھ اللہ تعالیٰ کو زیادہ تعلق ہے (اتنا تعلق تم کو نہیں) لہٰذا تم گواہی دینے میں نفسانی خواہش کی پیروی نہ کرنا کہ کہیں تم حق اور انصاف سے ہٹ جاؤ اور اگر تم ہیر پھیر سے گواہی دو گے یا گواہی سے بچنا چاہو گے تو (یاد رکھنا کہ) اللہ تعالیٰ تمہارے سب اعمال کی پوری خبر رکھتے ہیں۔

(سورۃ النساء آیت نمبر 135)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت ابوذرؓ فرماتے ہیں کہ مجھے میرے حبیب ﷺ نے سات باتوں کا حکم فرمایا: (۱) مساکین سے محبت رکھوں اور ان سے قریب رہوں (2) دنیا میں ان لوگوں پر نظر رکھوں جو (دنیاوی ساز و سامان میں) مجھ سے نیچے درجے کے ہیں اور ان پر نظر نہ کروں جو (دنیاوی ساز و سامان میں) مجھ سے اوپر کے درجہ کے ہیں (3) اپنے رشتہ داروں کے ساتھ صلہ رحمی کروں اگر چہ وہ آپ سے منہ موڑیں۔ (4) کسی سے کوئی چیز نہ مانگوں (5) حق بات کہوں اگر چہ وہ (لوگوں کے لیے) کڑوی ہو (6) اللہ تعالیٰ کے دین اور اس کے پیغام کو ظاہر کرنے میں کسی ملامت کرنے والے کی ملامت سے نہ ڈروں (7) لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰه کثرت سے پڑھا کروں کیوں کہ یہ کلمہ اس خزانہ سے ہے جو عرش کے نیچے ہے۔

(مسند احمد)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

بعض اوقات جنات نے سانپوں کا روپ دھار رکھا ہوتا ہے یا وہ جنات کی ایسی قسم سے ہوتے ہیں جو سانپوں کی شکل میں ہی زندگی گزارتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اکثر و بیشتر سانپ دراصل جنات ہوتے ہیں۔ یہ بات تاریخ اور تفسیر کی کتابوں میں بڑی وضاحت سے ملتی ہے۔ کچھ مشاہدات آپ کی خدمت میں عرض کرتا ہوں۔

راقم الحروف کے ذمہ مسجد زیب النساء کی خدمت ہے۔ ہماری مسجد کے پیش امام قاری حاجی احمد صاحب ایک روز بتانے لگے کہ میں سورہا ہوتا ہوں تو مجھے محسوس ہوتا ہے کہ میری چارپائی کے نیچے کچھ ہے جیسے بکری یا کوئی کتا، اکثر چارپائی خود بخود حرکت کرنے لگتی ہے۔ کبھی ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کمرے کے باہر صحن میں زوردار آندھی چل رہی ہے۔ باہر دیکھتا ہوں تو کچھ بھی نہیں ہوتا۔ روز کوئی نہ کوئی واقعہ ہوتا رہتا ہے۔ میں نے قاری صاحب کو پڑھنے کے لیے چند وظائف دیئے جو انہوں نے پڑھنے شروع کردیئے۔ کچھ عرصے بعد قاری صاحب نے بتایا کہ ایک بڑا سانپ میرے کمرے میں نظر آیا میں نے اسے مارنے کے لیے لوگوں کو بلایا۔ انہوں نے سانپ بالکل آسانی سے مار ڈالا۔ ایسے محسوس ہوتا تھا کہ کوئی طاقت سانپ کو اِدھر اُدھر جانے سے روک رہی ہے۔ ہم نے سانپ اٹھا کر باہر پھینکا۔ آپ یقین کریں تھوڑی دیر بالکل تھوڑی دیر بعد دیکھا تو سانپ کی لاش غائب تھی۔ یعنی وہ کوئی جن تھا اور اس کی میت اسکے ورثا اٹھا کر لے گئے تھے۔

میرا کئی دفعہ کا تجربہ ہے اور میرے اس تجربے کی تصدیق محدثین، مفسرین اور عالمین کے وہ تجربات ہیں جو انہوں نے اپنی تصانیف میں درج کیے ہیں کہ جو وظیفہ یا حصار جنات کے دفع کرنے کے لیے ہے بالکل وہی عمل اور وظیفہ سانپ کے ڈسے یا پھر سانپ کے دفع کرنے کے لیے ہے۔ عملیات، تاریخ اور تفسیر کی کتابیں گواہ ہیں، آپ مطالعہ فرمائیں۔ بندہ کے ایک دوست میجر صاحب کی اہلیہ کو ہر سال مقررہ وقت پر سانپ آکر کاٹتا ہے۔ موصوفہ کے جسم میں ایک خاص قسم کی کیفیت پیدا ہوجاتی ہے۔ جب تک سانپ نہ کاٹ لے چین اور سکون نہیں ملتا۔

بندہ کی والدہ مرحومہ نے واقعہ سنایا کہ ایک شخص نے ایک دفعہ سانپ ماردیا اس کے بعد اسے مستقل سانپوں سے واسطہ پڑنا شروع ہوگیا۔ اسے محسوس ہوا کہ جیسے سانپ مسلسل میرے تعاقب اور انتقام میں ہیں۔ وہ اپنا گھر چھوڑ کر دور کسی گاؤں میں چلا گیا۔ ایک اونٹ والا اس گاؤں میں سامان لاتا لے جاتا تھا۔ ایک دفعہ اس کا اونٹ اس گاؤں میں گیا تو جب اونٹ کو بٹھایا تو ایک سانپ اونٹ کے سامان سے نکل کر بستی کی طرف دوڑا تو اونٹ والے نے اونچی آواز میں بستی والوں کو متوجہ کیا کہ کسی کے تعاقب میں سانپ خفیہ طور پر میرے سامان کے ساتھ آگیا ہے احتیاط کریں اور واقعی وہ شخص اس بستی میں موجود تھا۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پوری دنیا کے غیر مسلموں کے لیے ہمارے دل میں خیر خواہی کا جذبہ ہو

دوستو! ایک بات ہمیشہ یاد رکھیں کیفیات اور ساعتیں، ان دو چیزوں کی قدر کرنا۔ بعض ساعتیں مستجاب ہوتی ہیں، قبولیت کی ہوتی ہیں، گھڑیاں قبولیت کی ہوتی ہیں۔ ان ساعتوں، کیفیتوں کی قدر کریں اور ان لمحوں کی قدر کریں۔ جن لمحوں میں ہمارے اندر کوئی کیفیت پیدا ہوگئی ہے۔ کوئی بھی شخص ایسا نہیں جس کو اللہ کا قُرب بغیر شبِ جمعہ کے ملا ہو۔ یاد رکھیے گا۔ کوئی بھی شخص ایسا نہیں جس کو ہم ولی کہتے ہیں، اُس کو مقام ولایت ملا ہو اور بغیر شبِ جمعہ کے ملا ہو۔ یعنی جمعرات کی شام اور جمعہ کی رات۔ وہ رات اللہ کے ہاں مطلوب اور محبوب ہے۔ جمعہ سیّد الایام ہے۔ جمعہ سارے دنوں کا سردار ہے۔ جمعہ کی رات ساری راتوں کی سردار ہے۔ جمعہ کے دن میں ایک ایسی گھڑی ہے جس میں اللہ جل شانہٗ سے جو مانگو، اللہ وہ عطا کرتا ہے۔ اپنی بات پھر دوہراتا ہوں۔ دو چیزوں کی قدردانی کریں ایک کیفیات کی اور دوسری ساعتوں کی۔ وہ اوقات تلاش کریں جن اوقات میں اللہ جل شانہٗ کے وعدے ہیں۔ اور پھر اللہ پاک سے عرض کریں الٰہی تیرے حبیب سرور کونین ﷺ کا فرمان سنا ہے کہ ان لمحوں میں دعائیں قبول ہوتی ہیں۔ اللہ میں تو اس قابل نہیں ہوں، میرا عمل اس قابل نہیں ہے، میرا جسم اس قابل نہیں۔ یا اللہ میرا سب کچھ اس قابل نہیں۔ لیکن تو سچا، تیرے حبیب ﷺ کا فرمان سچا۔ یا اللہ اپنے سچے ہونے کے واسطے، اپنے حبیب ﷺ کے سچے ہونے کے واسطے تو اپنے وعدے کو میرے لیے پورا کردے اور میری اس دعا کو قبول کرلے۔

کسی اسلحے کی ضرورت نہیں

جب نماز کے لیے صفیں درست ہو رہی ہوں اس وقت دعائیں قبول ہوتی ہیں۔ دعا کی قبولیت کا ایک واقعہ اور بھی سناتا جاؤں جب یہ حدیث سنی تو ایک بڑھیا کہنے لگی آج میں دیکھوں تو سہی کہ حضرت بلالؓ اذان کے بعد کیا دعا مانگتے ہیں؟ تو حضرت بلالؓ نے اذان کے بعد سب سے پہلی جو دعا مانگی تھی وہ مشرکین کے لیے ہدایت کی دعا مانگی تھی۔ یا اللہ ان سارے مشرکین کو ہدایت دے دے۔ میں تو اکثر کہا کرتا ہوں کہ پوری دنیا کے غیر مسلموں کے لیے ہمارے دل میں خیر خواہی کا جذبہ ہو۔ بعض اوقات سوچتا ہوں یہ غیر مسلم ہے، مر گیا تو جہنم کی آگ میں کیسے جلے گا؟ میرے آقا سرور کونین ﷺ کا امتی ہے۔ یہ ہندو ہے، یہ عیسائی ہے، یہ یہودی ہے، یہ مشرک ہے، یہ کوئی بھی ہے۔ حضرت بلالؓ نے جو سب سے پہلے دعا مانگی تھی وہ دعا یہی مانگی تھی کہ یا اللہ ان مشرکین مکہ کو ہدایت دے دے۔ اس بات کو سمجھیں کہ بعض اوقات کیفیات بنتی ہیں اور بعض اوقات کیفیات بنائی جاتی ہیں۔ بعض اوقات کیفیات اللہ کی طرف سے خود بخود بن جاتی ہیں۔ یہ چیزیں یکدم اللہ عطا کر دیتا ہے۔ اس کی قدر دانی کریں اور پھر مانگنا شروع کردیں۔ اللہ سو فی صد عطا فرماتے ہیں اور بعض اوقات کیفیات بنائی جاتی ہیں۔ بڑی دیر تک دعا مانگتے مانگتے، ایک لمحہ ایسا آتا ہے کہ جس میں دل کہتا ہے کہ اب میں اللہ سے باتیں کر رہا ہوں اور اللہ میری سُن رہا ہے اور اندر ایک جذبہ پیدا ہوتا ہے۔ اندر ایک بے قراری، بے چینی، بے کلی اور اس کے ساتھ مزہ، لذت، سرور۔ بس سمجھ لے اللہ کے ساتھ اب تعلق بن گیا ہے۔ پھر اللہ سے مانگیں اور دل کھول کر مانگیں۔ اس کی عظمت اور شان کو مدِنظر رکھتے ہوئے مانگیں۔ محنت کرنا پڑتی ہے۔ جس کو اللہ سے مانگنا آگیا اور جس کو اللہ سے منوانا آگیا اللہ کی قسم اسے دنیا کے کسی اسلحے کی ضرورت نہیں ہے۔

اللہ کی مدد کے بغیر کچھ بھی نہیں

یہ سچی بات ہے کہ دعا اللہ سے منوانے کا نام ہے۔ ایران اُس دور کی سپر پاور تھی اور اس کی شکست کے لیے کوئی سوچ بھی نہیں سکتا تھا۔ حضرت عمرؓ درخت کے نیچے سو رہے تھے۔ غالباً دوپہر کا قیلولہ تھا۔ تو ایران کے شہزادے کو گرفتار کرکے لایا گیا۔ شاید اس کا نام ہرمزان تھا اور اس کے شاہی لباس پر جو تمغے لگے ہوئے تھے ان کی جھنکار سے اور ان لوگوں کی آہٹ سے حضرت عمرؓ کی آنکھ کھل گئی۔ اٹھ کر بیٹھے تو امیر المومنین حضرت عمرؓ نے اسے دیکھ کر کہا، کیا حال ہے؟ وقت وقت میں انداز بدل جاتے ہیں۔ جب یہ پوچھا ناں کہ کیا حال ہے؟ سمجھ گیا۔ کہنے لگا اب ہمارا حال پوچھتے ہو جب اپنے اللہ کو مقابلے کے لیے لے آئے ہو۔ تمہارے رب سے مقابلہ نہیں کرسکتے۔ بتاؤ تو سہی عمرؓ آج تک کونسی جنگ جیتی تھی تم نے؟ جب اللہ ساتھ آجاتا ہے، تو دعا مانگ پھر تجھے ملے گا۔ اس پر محنت کرنی پڑے گی۔ یہ چیز کرتے کرتے آتے آتی ہے۔ فکر مندی سے آئے گی بے توجہی سے نہیں آئے گی۔ ہمارے ہاں ایک مستری تھا، وہ کہنے لگا کہ جی مجھے تو صرف قبروں کی لپائی آتی ہے اور کچھ نہیں کرسکتا۔ ساری زندگی اس نے سیکھنے کی کوشش ہی نہیں کی اور واقعی جو دیوار بنائے گا ٹیڑھی بنائے گا اور کچھ نہیں۔ اس نے کوشش ہی نہیں کی۔ اس نے محنت ہی نہیں کی۔ اس نے ساری زندگی ایسے ہی گزار دی۔

سکون اور اطمینان کی دولت

مجھ سے ایک دفعہ کہنے لگے مجھے ایک چیز بنانی آتی ہے میں یہ بیکری والی بھٹی بنالیتا ہوں۔ مجھے دور دور سے لوگ لینے آتے ہیں اور ہاں میں نے دیکھا ہے کہ جب عمارت کی بنیادیں بھرواتے ہیں تو اس کو بلاتے ہیں۔ اس سے اوپر اس کو نہیں بلاتے۔ کیونکہ اس سے زیادہ وہ کام کر ہی نہیں سکتا تھا آپ سوچیں کیا ساری زندگی ہمیں ایسے ہی رہنا ہے؟ پھسی پھسی سی دعائیں، بے لذت مناجات، بے کیف عبادات۔ دعا سے بھی کام نہ بنا، ذکر سے بھی نہ بنا اللہ کا تعلق نصیب نہ ہوا اور اسی حال میں کرتے کراتے دنیا سے رخصتی ہوگئی تو کیا معاملہ ہوا۔ کچھ بھی نہ ہوا۔ اس کی روزی تو پھر بھی لگی ہوئی ہے۔ قبروں کی لپائی یا بھٹی بنا کے۔ یاد رکھیں دنیا کا کام نہ سیکھا تو کوئی حرج نہیں لیکن اگر اللہ کا نام نہ سیکھا، اللہ کے نام کا سرور اور کیف نہ سیکھا۔ تو معاملہ بڑا خطرناک ہوا۔ آپ یقین جانئے ساری دنیا کے عہدے، ساری دنیا کی دولتیں، ساری دنیا کے کمالات مل جائیں۔ مگر اللہ کا تعلق نہ ملے تو کچھ نہ ملا۔ حضرت ابراہیم بن ادھمؒ فرماتے ہیں کہ اللہ جل شانہٗ نے ہمیں جو اندر کا سکون اور اطمینان دیا ہے۔ اگر بادشاہوں کو پتہ چل جائے تو یہ تلواریں لیکر ہم پر ٹوٹ پڑیں۔

اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل کو بعد نمازِ مغرب ''مرکزِ روحانیت و امن'' میں حکیم صاحب کا درس، مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

ورزشوں سے موسم گرما میں فٹنس

جھکے ہوئے شانے تھکان اور اداسی کے مظہر ہوتے ہیں۔ضروری نہیں کہ ان کا تعلق عمر و سال سے ہو۔ایک ۲۰ سالہ نوجوان بھی ادھیڑ عمر والوں کی سی خستہ وخراب حالت میں پایا جاسکتا ہے (انتخاب: مہرابوتراب۔لاڑکانہ)

موسم گرما میں جسم کی ہیئت کو درست رکھنے کے خیال کو قبل از وقت نہیں سمجھنا چاہیے۔ ابھی سے یومیہ ورزش کا آغاز کر دیجیے، تاکہ جسم ہلکا ہو جائے اور لٹکا ہوا گوشت کس جائے اور جسم کے تکلیف دہ ابھار ختم ہو جائیں۔موسم گرما جسم کو ڈھیلا کرتا ہے۔سرما میں اگر آپ نے اپنے جسم کو درست کرلیا تو اس پر گرمی کا زیادہ اثر نہیں ہوگا۔گرمی کے موسم میں انسان زیادہ ورزش بھی نہیں کرسکتا۔

رانیں، شکم، شانے اور بازو (پوراہاتھ) وہ اعضاء ہیں جو ڈھیلے ہوکر جسم کو بدنما اور بے ہنگم بنا دیتے ہیں۔ پہلے شکم کی درستی سے آغاز کیجیے۔جب تک شکم اپنی جگہ پر نہ ہو قامت کی راستی (سروقامتی) حاصل نہیں ہوسکتی۔قامت کی راستی کا حسن کو دوبالا کرنے میں بڑا حصہ ہوتا ہے۔اس مقصد کے لیے شکم کے ڈھیلے عضلات کو مناسب ورزش سے کسنا ضروری ہوتا ہے۔یہ بات زیادہ تر ورزش سے حاصل ہوتی ہے۔شکم کو اپنی جگہ پر قائم رکھنے کے لیے اس کے اندرونی پلپلے اعضا کی ورزش بھی ضروری ہوتی ہے۔شکم کے عضلات کو مستحکم کرکے ایک ایسی کاٹھی بنائی جاسکتی ہے جس سے آپ میں خوداعتمادی اور وقار پیدا ہوسکتا ہے۔شکم کے رقبے کو درست وتوانا رکھنے کے لیے مونڈھوں پر کھڑے ہونے کی ورزش کی مشق روزانہ کی جانی چاہیے۔اس مقصد کے لیے یہ ورزش بہت موثر ہے۔

پشت کے بل لیٹ جایئے اور اندر اور باہر گہری گہری سانسیں لیجیے۔ پھر آہستہ آہستہ دونوں ٹانگیں اوپر اٹھایئے اور گھٹنے بالکل سیدھے رکھیے۔اپنے سرین اور کمر کو اٹھانے میں دونوں ہاتھوں سے مدد لیجیے، اور کہنیوں کو فرش پر ٹکا کر زور لگایئے۔ ریڑھ کو سیدھا رکھ کر اور ٹانگیں بھی سیدھی کیے ہوئے جسم کو اوپر کی طرف سیدھا کرنے کی کوشش کیجیے۔

جب سرین اور ٹانگیں سیدھی کھڑی ہو جائیں تو اپنے دونوں ہاتھوں کو اور اوپر لایئے تاکہ ریڑھ کا ستون بھی سیدھا ہو جائے۔جسم کو ایک منٹ تک اسی حالت میں رہنے دیجیے اور تدریجی مشق سے اس حالت میں چند منٹ تک قائم رہنے کی کوشش کیجئے۔پہلے کی وضع میں آنے کے لیے ہاتھوں جو جس طرح اوپر کی طرف کھسکایا تھا اسی طرح نیچے کی طرف سرکاتے چلے آیئے۔ یہاں تک کہ آپ کا جسم پھر فرش سے لگ جائے۔اوپر کی طرف سیدھی پوزیشن سے جائے ٹانگوں کو یک لخت زمین پر نہ گرایئے۔ وہ عورتیں جن کو یہ ورزش دشوار معلوم ہوتی ہو اور مونڈھوں پر کھڑی نہیں ہوسکتی ہوں، ان کو فرش پر لیٹ کر جسم کو پشت کے بل لیٹنا چاہیے۔ایسا کرتے وقت شانوں کو سیدھا رکھیں اور ٹانگوں اور دھڑ کو پشت کے بل اٹھائیں، یہاں تک کہ ٹانگوں کو جسم سے اوپر اٹھا سکیں اور اس تمام حرکت میں ہاتھوں سے کمر کو اوپر سے تھام کر ریڑھ کو سہارا دیتے رہنا چاہیے۔

شکم کو کسنے کے لیے ایک قدم اور آگے بڑھانا پڑے گا۔یہ یوگا کی ایک شکل ہے۔اس ورزش کو مونڈھوں پر کھڑے ہونے کی حالت میں شروع کیا جاتا ہے اور ٹانگوں کو حرکت دیکر سر سے اوپر لاکر باہر کی طرف نکال دیا جاتا ہے۔اس وقت پیر حرکت میں نہ ہوں۔ گھٹنے سیدھے ہوں اور پیر فرش تک ٹک جائیں، پھر ہاتھوں کو اوپر سے لاکر انگوٹھوں کو چھوا جائے۔ ٹانگوں کو فرش تک لانے کے لیے زور نہ لگایا جائے۔اگر آپ کی کمر سخت ہے اور کافی نہیں مڑسکتی تو اس کو صرف اتنا ہی موڑا جائے جتنی آسانی سے مڑسکتی ہو۔اس عمل کو روزانہ کرنے سے کمر میں لچک پیدا ہوتی چلی جائے گی، یہاں تک کہ پیر زمین سے قریب تر لائے جاسکیں گے۔اب آہستہ آہستہ پہلی پوزیشن پر آیا جائے اور جسم کو نیچے لانے میں ہاتھوں سے مدد لی جائے۔کمر کو لچک دار رکھنے نیز شکم کے عضلات کو کسا ہوا رکھنے کے لیے دونوں ورزشیں مجھ کو بہت پسند ہیں۔ جب اس ورزش سے پیر زمین سے چھونے لگیں تو تکان کو دور کرنے کے لیے یہ بہترین ورزش ہے اور میں ایسا ہی کرتا ہوں۔

جسم کے وسطی حصے کی اصلاح

شکم کے عضلات کو کسنے اور قوی کرنے کے لیے ایک اور ورزش ہے جس میں جسم کو کھینچنا پڑتا ہے۔زمین پر چت لیٹ جایئے اور بازوؤں کو پہلوؤں سے ملا ہوا رکھیے۔اب سیدھے گھٹنے کو جھکایئے اور اپنی ٹانگ کو سر پر لایئے۔انگوٹھے اوپر کی طرف رخ کیے ہوئے ہوں۔ چند منٹ تک اسی حالت میں قائم رہیے۔اس کے بعد آہستہ آہستہ سے پیر کو زمین تک لاتے ہوئے پیر کو فرش پر پھیلاتے ہوئے لایئے، یہاں تک کہ ٹانگ سیدھی ہو جائے۔اسی کو دوسری ٹانگ پر دوہرایئے۔

یہ دوسری ورزش شکم کے ڈھیلے عضلات کے لیے بہت نفع بخش ہے۔ چہرے کے بل فرش پر لیٹ جایئے اور ہتھیلیوں کو شانوں کے محاذ میں کہنیوں کی سطح پر زمین سے لگا دیجیے۔کہنیاں ذرا باہر کو نکلی ہوئی ہوں، پھر اندر اور باہر سانس لیتے ہوئے جسم کو اوپر اٹھایئے، جسم کو اٹھاتے وقت سر، شانے اور شکم ایک سیدھ میں ہونے چاہیں۔پھر سانس کو باہر خارج کرکے جسم کو آہستہ سے فرش تک لے آیئے۔اس ورزش سے بڑھا ہوا شکم نرم ہو جاتا ہے اور اندرونی و بیرونی عضلات کو تحریک ہوتی ہے۔اس سے جسم کی ہیت میں موزونیت آتی ہے لیکن شانوں کی ہڈیوں کے درمیان گوشت کا جو مدور لوتھڑا ہوا ہوتا ہے وہ جسم کو بدوضعی پر قائم رکھتا ہے۔پہلی نگاہ جسم کے چوکھٹے پر پڑتی ہے اور اگر جسم کے انداز وقامت میں نقص ہوتا ہے تو دوسری خوبیاں ماند پڑسکتی ہیں۔

جھکے ہوئے شانے تھکان اور اداسی کے مظہر ہوتے ہیں۔ ضروری نہیں کہ ان کا تعلق عمر و سال سے ہو۔ایک ۲۰ سالہ نوجوان بھی ادھیڑ عمر والوں کی سی خستہ وخراب حالت میں پایا جاسکتا ہے، اگر اس کی چال ڈھال میں جوانوں کا سا انداز نہ ہو۔ذیل کی ورزشیں فاضل چربی کو تحلیل کرتیں اور شانوں کے رقبے کو درست کرتی ہیں: جسم کے خطوط کو صحیح کرنے کے علاوہ یہ ورزشیں عضلات کو قوی بھی کرتی ہیں۔فرش پر جھک جائیں، گھٹنے مڑے ہوئے ہوں اور ہاتھ کے اگلے حصے اور ہتھیلیاں سامنے فرش پر ٹکی ہوئی ہوں۔گھٹنوں کو ایک فٹ پیچھے ہٹایا جائے اور گہری سانس لیکر اوپر کی طرف اس طرح اٹھایا جائے کہ پیر فرش پر ٹکے ہوئے ہوں اور گھٹنے سیدھے ہو جائیں۔ کہنیاں فرش پر رکھی ہوئی ہوں اور جسم کا سارا وزن ہاتھوں اور پیر کی انگلیوں پر ہو۔پھر سر کو آہستہ آہستہ اس قدر اوپر اٹھایا جائے جس قدر اٹھ سکے۔اس کے بعد سانس نکالی جائے اور گھٹنوں کو فرش پر پھر ٹکا دیا جائے۔

جسم کے ساتھ سر کو اوپر اٹھانے سے شانے کے رقبے کو فائدہ پہنچتا ہے۔ بدن کو کھینچنے اور پھیلانے سے زائد گوشت چھٹتا ہے اور کمر کے اوپر مرکز کے نرم اور پلپلے عضلات مضبوط ہوتے ہیں۔ سینے کے رقبے کو ترچھی وضع سے تحریک ہوتی ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر پڑھیں)

کتے کا کاٹنا اور جعلی پیر کا دم

چار ماہ بعد اسے محسوس ہوا کہ اس کی ذہنی کیفیت بگڑنا شروع ہوگئی۔ پیشتر اس کے کچھ علاج کیا جاتا، نذیر نے چیخنا چلانا شروع کر دیا اور مرنے مارنے جیسی حرکتیں کرنے لگا

(تحریر: عبدالسلام۔حیدرآباد)

یہ واقعہ دوست کی زبانی پیش کر رہا ہوں۔ ہمارے گاؤں کے نذیر نامی ایک شخص کو باؤلے کتے نے کاٹ لیا۔ اس کے والدین اسے ایک پیر صاحب کے پاس لے گئے۔ دیہات میں پیر کو خدا کے بعد درجہ دیا جاتا ہے۔ نذیر بیس سال کا نوجوان اور ماں باپ کا اکلوتا بیٹا تھا۔ پیر صاحب نے نذیر کو نمک دم کر کے دیا کہ یہ چالیس دن استعمال کرنا ہے۔ پیر صاحب کا نام نہیں لکھوں گا کیونکہ میانوالی، بھکر اور خوشاب کے اضلاع کی 80فی صد آبادی اس کی مرید ہے۔

نذیر نے چالیس دن تک یہ نمک استعمال کیا مگر تین چار ماہ بعد اسے محسوس ہوا کہ اس کی ذہنی کیفیت بگڑنا شروع ہوگئی۔ پیشتر اس کے کچھ علاج کیا جاتا، نذیر نے چیخنا چلانا شروع کر دیا اور مرنے مارنے جیسی حرکتیں کرنے لگا۔ اُس کو رسیوں سے باندھ دیا گیا۔ نذیر بالکل باؤلا ہو چکا تھا۔ اس کے والدین کے لیے یہ صدمہ ناقابل برداشت تھا۔ انہوں نے اللہ تعالیٰ سے رو رو کر دعائیں مانگنا شروع کر دیں۔ باؤلے آدمی کا انجام موت ہوتی ہے۔ شاید کوئی دوا ہوتی ہوگی۔ لیکن ہمارے دیہات تک ابھی اس دوا کا نام بھی نہیں پہنچا۔ اور نہ ہی پیر چاہتے ہیں کہ کسی کو کسی بھی دوا کا علم ہو۔

نذیر رسیوں سے بندھا ہوا تھا لیکن رات کو کسی طرح رسیوں سے آزاد ہوگیا۔ کچھ لوگوں کا خیال تھا کہ ماں نے ممتا کے ہاتھوں مجبور ہو کر نذیر کو رسیوں سے آزاد کیا تھا۔ لیکن ماں اسے کھولتی تو وہ سب سے پہلے ماں کو کاٹتا۔ بہر حال وہ آزاد ہوگیا تھا۔ وہ جلد ہی گاؤں سے نکل گیا۔ اس کے سامنے ایک آک کا پودا آگیا۔ آک کا پودا تھل کے ریتلے علاقوں میں بہت زیادہ پایا جاتا ہے۔ اس کا پتا یا کونپل توڑی جائے تو دودھ جیسی سفید رنگت کا ایک مادہ نکلتا ہے۔ یہ بہت کڑوا اور زہریلا ہوتا ہے۔ یہ تھوڑی سی مقدار میں بچے کو پلایا جائے تو موت واقع ہو جاتی ہے۔ آنکھوں میں پڑ جائے تو بینائی ختم ہو جاتی ہے۔

نذیر کے سامنے آک کا پودا آیا تو اس نے اسی کو کاٹنا شروع کر دیا۔ کونپلیں اور پتے کھالیے۔ وہ یہ سب کچھ باؤلے پن میں کر رہا تھا۔ پھر وہ آگے چل پڑا اور گر گیا۔ قے شروع ہوگئی، سبز رنگ کا مادہ منہ اور ناک سے بہہ رہا تھا۔ اس وقت گھر والے بھی اسے ڈھونڈتے پہنچ گئے۔ انہوں نے نذیر کو اٹھایا اور پیر صاحب کے پاس لے گئے۔ ایک آدمی نے انہیں بتایا کہ پیر صاحب راولپنڈی چلے گئے ہیں۔

نذیر کو گھر والے مجبوراً ایک حکیم کے پاس لے گئے جو خود دیسی دوائیاں بنا کر لوگوں کو دیتا تھا۔ اس نے جب نذیر کو دیکھا اور اس کے والدین سے تمام حالات معلوم کیے تو اس نے کہا کہ خدا کا شکر ادا کرو جس نے آک کے دودھ سے آپ کے بیٹے کو شفا بخشی ہے۔ اس نے نذیر کو تھوڑی سی دوائیاں دیں۔ کچھ دنوں کے بعد وہ بالکل صحت مند ہوگیا۔ نذیر ہمارے علاقے کا واحد آدمی ہے جس کو باؤلا ہونے کے بعد شفا ملی ہے۔

بعد میں انکشاف بھی ہوا کہ پیر صاحب کو جب معلوم ہوا تھا کہ نذیر باؤلا ہوگیا ہے اور اسکے پاس لا رہے ہیں تو اس نے ایک آدمی کو یہ جھوٹ بولنے کے لیے بھیج دیا کہ پیر صاحب راولپنڈی چلے گئے ہیں۔ یہ انکشاف پیر صاحب کے ایک معتمد آدمی نے کیا تھا۔

شاہی معجون

(رفعت خانم۔۔۔فیصل آباد)

یہ معجون حکیم علی گیلانی نے مغل بادشاہوں کے لیے منتخب کیا تھا۔

اجزاء:۔ خوبانی خشک۔ چھوہارے، کشمش تینوں 100,100 گرام۔ مربہ آملہ 300 گرام، مربہ بہی 200 گرام، مربہ سیب 200 گرام، مربہ ادرک 200 گرام، چاندی کے ورق ایک بنڈل

ترکیب:۔ تمام خشک اجزاء (خوبانی اور چھوہارے کی گٹھلیاں نکال لیں) باریک کریں پھر ان میں تمام مربہ جات شامل کر کے کوٹیں جب اچھی طرح باریک ہو جائیں تو اس میں ورق ڈال دیں اور ملا لیں صبح و شام ایک چمچ دودھ کے ہمراہ لیں۔ دماغ، اعصاب اور پٹھوں کے لیے نہایت مفید ہے۔ نظر تیز ہوتی ہے۔ جسم کو قوت ملتی ہے۔ کمزور جسم والوں کے لیے بہترین ٹانک ہے۔

سلاد کھائیے۔ صحت پائیے

سلاد کھانے کو جلد ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے اور سلاد میں ریشہ (فائبر) ہوتا ہے۔ اس لیے یہ وزن نہیں بڑھاتا

جہاں تک پھلوں اور سبزیوں کے استعمال کا تعلق ہے، انسان اسے صدیوں سے کھا رہا ہے۔ دو تین عشرے قبل تک ہمارے ہاں کھانے میں کچی اور پکی گاجر، مولی، دھنیا، پودینہ، پیاز، لیموں اور ترنج کا استعمال عام تھا۔ پھر گوشت خوری، مرغن غذائیں اور تلی ہوئی اشیا کا رجحان اس خیال سے بڑھتا گیا کہ یہ نہایت مقوی غذائیں ہیں۔ ایسے لوگ بھی موجود ہیں جو گوشت کے بغیر کھانا نہیں کھاتے اور گوشت کو غذا کا لازمی اور ضروری حصہ خیال کرتے ہیں۔

مغرب والے جب مشینی زندگی کے اسیر ہوئے اور ہوٹلوں سے کھانے کا رواج زور پکڑا تو غذائی معلومات عام ہونے لگیں۔ پھر متوازن غذا کا تصور ابھرا جس سے وہاں پر سلاد کا رجحان عام ہوا۔ ان کی دیکھا دیکھی ہمارے امراء کے طبقہ میں بھی سلاد کا استعمال بطور فیشن شروع ہوگیا۔ مگر یہ عوامی سطح پر رواج نہیں پا سکا۔ متوازن غذا سے مراد ایسی غذا ہے جو جسم انسانی کے لیے ضروری اجزاء حیاتین، لحمیات، چکنائی، نشاستہ اور معدنی نمکوں پر مشتمل ہو۔ حیاتین پھلوں و سبزیوں، لحمیات دودھ، دہی، گوشت اور آٹے میں۔ نشاستہ گندم کے آٹے، چاول اور آلو میں جبکہ نشاستہ دودھ اور دہی میں بھی ہوتا ہے۔ کچی سبزیوں میں حیاتین اور فائبر ہوتا ہے۔ ترکاریاں پکانے پر ان کے حیاتین ضائع ہو جاتے ہیں۔ اس لئے کچی سبزیاں ہی استعمال کی جائیں۔

یہ بات تحقیقات کے نتیجے میں سامنے آچکی ہیں کہ گوشت، مرغن اور تلی ہوئی اشیا کا زیادہ استعمال کوئی فائدہ نہیں دیتا بلکہ صحت کے لیے نقصان دہ ہے۔ لہٰذا اہم غذائی ضرورت کے لیے پھلوں اور سبزیوں کو سلاد کی صورت اہمیت دیں اور غذا کا حصہ بنالیں۔ کیونکہ سلاد کے ذریعے ہم کچی سبزیوں کو مزید، خوش ذائقہ اور غذائی اجزاء سے بھرپور بنا سکتے ہیں۔

سلاد نہ صرف کھانے کو جلد ہضم کرنے میں مدد دے گا بلکہ صحت کے لیے مفید ہوگا۔ سلاد میں ریشہ (فائبر) ہوتا ہے۔ اس لیے یہ وزن نہیں بڑھاتا بلکہ جسم کے لیے ضروری حیاتین اور معدنی نمک پوری کرتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 17 پر)

ازدواجی زندگی کو بے مثال بنانے کے سنہرے راز

بیٹی شوہر کی بات کو ہمیشہ توجہ سے سننا، اسکو اہمیت دینا اور ہر حال میں ان کی بات پر عمل کرنے کی کوشش کرنا اسطرح تم اُس کے دل میں جگہ بنالو گی کیونکہ اصل آدمی نہیں آدمی کا کام پیارا ہوتا ہے (تحریر: ایم صادق کا کٹر۔ دکی لورالائی)

قارئین کرام، السلام علیکم!
میں عرصہ سے ماہنامہ عبقری کا قاری ہوں۔ آج کی محفل میں ازدواجی زندگی کامیاب بنانے کے لیے چند اصول آپ کے لیے کتابوں سے چن کر لایا ہوں۔

سب سے پہلے میں عرب کی ایک مشہور عالم، ادیبہ کی دس وصیتیں نقل کرتا ہوں جو حکیم العصر حضرت مولانا محمد یوسف لدھیانوی صاحب کی کتاب تحفہ دلہن میں لکھی ہیں۔

1- میری پیاری بیٹی، میری آنکھوں کی ٹھنڈک، شوہر کے گھر جا کر قناعت والی زندگی گزارنے کا اہتمام کرنا۔ جو دال روٹی ملے اس پر راضی رہنا، جو روکھی سوکھی شوہر کی خوشی کے ساتھ مل جائے وہ اس مرغ پلاؤ سے بہتر ہے جو تمہارے اصرار کرنے پر اس نے ناراضگی سے دیا ہو۔

2- میری پیاری بیٹی، اس بات کا خیال رکھنا کہ اپنے شوہر کی بات کو ہمیشہ توجہ سے سننا اور اسکو اہمیت دینا اور ہر حال میں ان کی بات پر عمل کرنے کی کوشش کرنا اسطرح تم ان کے دل میں جگہ بنالو گی کیونکہ اصل آدمی نہیں آدمی کا کام پیارا ہوتا ہے۔

3- میری پیاری بیٹی اپنی زینت و جمال کا ایسا خیال رکھنا کہ جب وہ تجھے نگاہ بھر کے دیکھے تو اپنے انتخاب پر خوش ہو اور سادگی کے ساتھ جتنی بھی استطاعت ہو خوشبو کا اہتمام ضرور کرنا اور یاد رکھنا کہ تیرے جسم ولباس کی کوئی بو یا کوئی بری ہیئت اسے نفرت وکراہت نہ دلائے۔

4- میری پیاری بیٹی اپنی شوہر کی نگاہ میں بھلی معلوم ہونے کے لیے اپنی آنکھوں کو سرمے اور کاجل سے حسن دینا کیونکہ پرکشش آنکھیں پورے وجود کو دیکھنے والے کی نگاہوں میں سجا دیتی ہیں۔ غسل اور وضو کا اہتمام کرنا کہ یہ سب سے اچھی خوشبو ہے اور لطافت کا بہترین ذریعہ ہے۔

5- میری پیاری بیٹی ان کا کھانا وقت سے پہلے ہی اہتمام سے تیار رکھنا کیونکہ دیر تک برداشت کی جانی والی بھوک بھڑکتے ہوئے شعلے کی مانند ہو جاتی ہے اور ان کے آرام کرنے اور نیند پوری کرنے کے اوقات میں سکون کا ماحول بنانا کیونکہ نیند ادھوری رہ جائے تو طبیعت میں غصہ اور چڑچڑا پن پیدا ہو جاتا ہے۔

6- میری پیاری بیٹی ان کے گھر اور انکے مال کی نگرانی یعنی ان کے بغیر اجازت کوئی گھر میں نہ آئے اور ان کا مال لغویات، نمائش و فیشن میں برباد نہ کرنا کیونکہ مال کی بہتر نگہداشت حسن انتظام سے ہوتی ہے اور اہل عیال کی بہتر حفاظت حسن تدبر سے۔

7- میری پیاری بیٹی ان کی راز دار رہنا، ان کی نافرمانی نہ کرنا کیونکہ ان جیسے بارعب شخص کی نافرمانی جلتی پر تیل کا کام کریگی اور تم اگر اسکا راز دوسروں سے چھپا کر نہ رکھ سکیں تو اسکا اعتماد تم پر سے ہٹ جائیگا اور پھر تم بھی اسکے دو رخے پن سے محفوظ نہیں رہ سکو گی۔

8- میری پیاری بیٹی جب وہ کسی بات پر غمگین ہوں تو اپنی کسی خوشی کا اظہار ان کے سامنے نہ کرنا یعنی ان کے غم میں برابر کی شریک رہنا۔ شوہر کی کسی خوشی کے وقت غم کے اثرات چہرے پر نہ لانا اور نہ ہی شوہر سے ان کے کسی رویے کی شکایت کرنا۔ ان کی خوشی میں خوش رہنا۔ ورنہ تم ان کے قلب کے مکدر کرنے والی شمار ہوگی۔

9- میری پیاری بیٹی اگر تم ان کی نگاہوں میں قابل تکریم بننا چاہتی ہو تو اس کی عزت اور احترام کا خوب خیال رکھنا اور اسکی مرضیات کے مطابق چلنا تو اس کو بھی ہمیشہ ہمیشہ اپنی زندگی کے ہر ہر مرحلے میں اپنا بہترین رفیق پاؤ گی۔

10- میری پیاری بیٹی میری اس نصیحت کو پلو سے باندھ لو اور اس پر گرہ لگا لو کہ جب تک تم ان کی خوشی اور مرضی کی خاطر کئی بار اپنا دل نہیں مارو گی اور انکی بات اوپر رکھنے کے لیے خواہ تمہیں پسند ہو یا ناپسند، زندگی کے کئی مرحلوں میں اپنے دل میں اٹھنے والی خواہشوں کو دفن نہیں کرو گی اس وقت تک تمہاری زندگی میں بھی خوشیوں کے پھول نہیں کھلیں گے۔

اے میری پیاری اور لاڈلی بیٹی ان نصیحتوں کے ساتھ میں تمہیں اللہ کے حوالہ کرتی ہوں اللہ تعالیٰ زندگی کے تمام مرحلوں میں تمہارے لیے خیر مقدر فرمائے اور ہر برائی سے تم کو بچائے۔

انار دانہ
ہر گھر کی اہم ضرورت

پیٹ درد میں انار دانہ پانی میں رگڑ کر نمک اور کالی مرچ حسب ضرورت ملا کر پینے سے فوراً درد دور ہو جاتا ہے

عربی حب الرمان سندھی ڈاڑھوں فارسی تخم انار انگریزی Pomegranate Seeds

کھٹے اور کچے اناروں کے دانوں کو خشک کرلیا جاتا ہے۔ اس کا رنگ سفید اور ذائقہ ترش ہوتا ہے۔ جبکہ اس کا مزاج سرد وخشک درجہ دوم ہے۔ اس کی مقدار خوراک چھ ماشہ سے نو ماشہ ہے۔

انار دانہ کے فوائد: (1) انار دانہ ہاضم ہے (2) بھوک لگاتا ہے۔ (3) مقوی معدہ ہے۔ صفراوی مواد کو معدہ پر اثر انداز نہیں ہونے دیتا۔ (4) صفراوی قے اور متلی میں انار دانہ کا استعمال سے بہت فائدہ ہوتا ہے (5) خشک وتر خارش میں انار دانہ کے استعمال سے بہت فائدہ ہوتا ہے (6) اسہال اور پیچش والے مریضوں کو انار دانہ پانی میں رگڑ کر پلانے سے شفا ہوتی ہے۔ (7) ہاضمہ کی خرابی کی صورت میں انار دانہ چھ ماشہ، پودینہ خشک چھ ماشہ (سبز پودینہ کی صورت میں دو تولے) اور پیاز چھ ماشہ، پانی میں رگڑ کر پلانے سے دو خوراکوں ہی سے ہاضمہ درست ہو جاتا ہے، مجرب ہے۔ (8) پودینے کی چٹنی بنانے میں انار دانہ ایک اہم جز ہے۔ (9) انار دانہ قابض ہوتا ہے۔ (10) پیٹ درد میں انار دانہ پانی میں رگڑ کر نمک اور کالی مرچ حسب ضرورت ملا کر پینے سے فوراً درد دور ہو جاتا ہے (11) صفراوی بخار میں پانچ تولے انار دانہ ایک سیر پانی میں بھگو کر رکھنے اور تھوڑا تھوڑا نتھار کر مریض کو چینی ملا کر پلانے سے پیاس کی شدت دور ہو جاتی ہے اور بخار کے لیے بے حد مفید ہے۔

غربت: یَا مَالِکُ 90 بار روزانہ جو نادار پڑھا کرے ان شاءاللہ عزوجل غربت سے نجات پا کر مالدار ہو

حضرت خواجہ قطب الدین بختیار کاکیؒ

جب رات کو بستر پر لیٹتا ہوں، تو مجھے چکی چلنے یا شہد کی مکھیوں کی بھنبھناہٹ محسوس ہوتی ہے، اور مجھے کوئی چیز بجلی کی طرح چمکتی نظر آتی ہے اور جب سر اٹھا کر دیکھتا ہوں تو ایک کالی چیز صحن میں نظر آتی ہے

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

حضور سرور عالم خاتم المعصومین ﷺ کا ارشاد اقدس ہے جو شخص اللہ تعالیٰ سے استخارہ کرتا ہے، وہ خسارہ میں نہیں رہتا۔

(1) حضرت جابرؓ فرماتے ہیں کہ حضور سرور عالم ﷺ ہمیں استخارہ کی تعلیم اس طرح دیا کرتے تھے، جس طرح قرآن کریم کی تعلیم دیا کرتے۔ حضرت محمد ﷺ نے فرمایا اگر کوئی شخص کسی کام کا ارادہ کرے، تو اسے ۲ رکعت نماز پڑھ کر یہ دعا پڑھنی چاہیے۔

(اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْتَخِیْرُکَ بِعِلْمِکَ وَ اَسْتَقْدِرُکَ بِقُدْرَتِکَ وَ اَسْئَلُکَ مِنْ فَضْلِکَ الْعَظِیْمِ فَاِنَّکَ تَقْدِرُ وَ لَا اَقْدِرُ وَ تَعْلَمُ وَلَا اَعْلَمُ وَاَنْتَ عَلَّامُ الْغُیُوْبِ اَللّٰھُمَّ اِنْ کُنْتَ تَعْلَمُ اَنَّ ھٰذَا الْاَمْرَ خَیْرٌ لِّیْ فِیْ دِیْنِیْ وَ مَعَاشِیْ وَ عَاقِبَۃِ اَمْرِیْ فَاقْدِرْہُ لِیْ وَیَسِّرْہُ لِیْ ثُمَّ بَارِکْ لِیْ فِیْہِ وَاِنْ کُنْتَ تَعْلَمُ اَنَّ ھٰذَا الْاَمْرَ شَرٌّ لِّیْ فِیْ دِیْنِیْ وَ مَعَاشِیْ وَعَاقِبَۃِ اَمْرِیْ فَاصْرِفْہُ عَنِّیْ وَاصْرِفْنِیْ عَنْہُ وَاقْدِرْ لِیَ الْخَیْرَ حَیْثُ کَانَ ثُمَّ اَرْضِنِیْ بِہٖ)

﴿ھٰذَا الْاَمْرُ﴾ پڑھتے وقت اپنی حاجت کا نام لینا چاہیے۔ استخارہ ۷ روز تک کرنا مسنون ہے۔ ۷ مرتبہ استخارہ کرنے کے بعد دل کا رجحان جس طرف ہو، اس پر عمل کرنا چاہیے۔

(2) حضرت علیؓ کا ارشاد ہے کہ جو شخص خواب میں کسی کام کے نیک یا بد ہونے کا حال معلوم کرنا چاہے، تو اس کو رات کو سوتے وقت ٦ رکعت نماز استخارہ پڑھنی چاہیے۔ اس ترکیب سے کہ پہلی رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ والشمس ۷ مرتبہ اور دوسری میں سورہ واللیل ۷ مرتبہ، تیسری میں سورہ والضحیٰ ۷ مرتبہ اور چوتھی میں سورہ الم نشرح ۷ مرتبہ۔ پانچویں میں سورہ والتین ۷ مرتبہ اور چھٹی میں سورہ انا انزلنا ۷ مرتبہ پڑھیں۔ نماز سے فراغت کے بعد حق تعالیٰ کی تحمید و تقدیس کے بعد درود شریف پڑھ کر سو رہیں۔

﴿اَللّٰھُمَّ رَبَّ مُحَمَّدٍ وَّ رَبَّ اِبْرٰھِیْمَ وَ رَبَّ مُوْسٰی وَ رَبَّ اِسْحٰقَ وَ رَبَّ یَعْقُوْبَ وَ رَبَّ جِبْرَائِیْلَ وَرَبَّ مِیْکَائِیْلَ وَاِسْرَافِیْلَ وَعِزْرَائِیْلَ عَلَیْھِمُ السَّلَامُ وَ مُنْزِلَ التَّوْرَاۃِ وَالْاِنْجِیْلِ وَالزَّبُوْرِ وَالْقُرْاٰنِ الْعَظِیْمِ اَرِنِیْ فِیْ مَنَامِی اللَّیْلَۃَ مَا اَنْتَ اَعْلَمُ بِہٖ مِنِّیْ﴾

اگر پہلی رات خواب میں جواب نہ ملے، تو سات دن تک یہی عمل کرنا چاہیے۔

(3) استخارہ کا یہ طریقہ بھی مجرب ہے۔ عشاء کی نماز کے بعد وضو کر کے پاک بستر پر بیٹھ کر، ۳ مرتبہ درود شریف پڑھیں اور سورۃ فاتحہ دس مرتبہ، سورۃ اخلاص ۱۱ مرتبہ پڑھ کر ۳ مرتبہ درود شریف پڑھ کر داہنی کروٹ قبلہ کی طرف منہ کر کے لیٹ جائیں، خواب میں جو کچھ نظر آئے، کسی بزرگ یا عالم متقی سے تعبیر دریافت کریں۔

(4) حضرت ابو دجانہؓ فرماتے ہیں کہ میں نے حضور ﷺ سے شکایت کی کہ جب رات کو بستر پر لیٹتا ہوں تو مجھے چکی چلنے یا شہد کی مکھیوں کی بھنبھناہٹ محسوس ہوتی ہے اور مجھے کوئی چیز بجلی کی طرح چمکتی نظر آتی ہے۔ جب سر اٹھا کر دیکھتا ہوں تو ایک کالی چیز صحن میں نظر آتی ہے۔ میں نے اس کا جسم چھو کر دیکھا تو وہ سایہ جیسا معلوم ہوا مگر اس نے فوراً ہی میرے منہ پر آگ کا شعلہ پھینک مارا۔

حضور سرور کونین ﷺ نے فرمایا جاؤ! قلم دوات اٹھا کر لاؤ اور حضرت علیؓ کو حکم دیا لکھو۔

(بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o ھٰذَا کِتَابٌ مِّنْ مُّحَمَّدٍ رَّسُوْلِ اللّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ اِلٰی مَنْ طَرَقَ الدَّارَ مِنَ الْعُمَّارِ وَالزُّوَّارِ اِلَّا طَارِقًا یَّطْرُقُ بِخَیْرٍ اَمَّا بَعْدُ فَاِنَّ لَنَا وَلَکُمْ فِی الْحَقِّ سَعَۃً فَاِنْ تَکُ عَاشِقًا مُوْلِعًا اَوْ فَاجِرًا مُقْتَحِمًا اَوْ رَاجِیًا مُبْطِلاً فَھٰذَا کِتَابُ اللّٰہِ یَنْطِقُ عَلَیْنَا وَعَلَیْکُمْ بِالْحَقِّ اِنَّا کُنَّا نَسْتَنْسِخُ مَا کُنْتُمْ تَعْلَمُوْنَ o وَرُسُلُنَا لَدَیْھِمْ یَکْتُبُوْنَ مَا تَمْکُرُوْنَ o اُتْرُکُوْا صَاحِبَ کِتَابِیْ ھٰذَا اِنْطَلِقُوْا اِلٰی عَبَدَۃِ الْاَصْنَامِ وَ اِلٰی مَنْ یَّزْعَمُ اِنَّ مَعَ اللّٰہِ اِلٰھًا اٰخَرَ، لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ، کُلُّ شَیْءٍ ھَالِکٌ اِلَّا وَجْھَہٗ، لَہُ الْحُکْمُ وَاِلَیْہِ تُرْجَعُوْنَ o ھُمْ لَا یُبْصِرُوْنَ حٰمٓعٓسٓقٓ تُغْلَبُوْنَ حٰمٓ وَالْکِتَابِ الْمُبِیْنِ o تَفَرَّقَ اَعْدَآءُ اللّٰہِ وَ بَلَغَتْ حُجَّۃُ اللّٰہِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ فَسَیَکْفِیْکَھُمُ اللّٰہُ وَھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ)

ابو دجانہؓ کہتے ہیں کہ میں حضور سرور عالم ﷺ کا مکتوب لے کر گھر چلا گیا اور رات کو سرہانے رکھ کر سو گیا۔ رات کو سوتے ہوئے چیخنے چلانے کی آواز آئی "یہ تحریر اپنے گھر سے علیحدہ کر دو ہم وعدہ کرتے ہیں کہ اب تمہارے گھر نہ آئیں گے اور نہ اس گھر میں داخل ہوں گے۔ جس گھر میں یہ مکتوب حضور سرور عالم ﷺ کی ہوگی۔" صبح کو میں نے نماز فجر کے بعد رات کے واقعہ کا ذکر حضور ﷺ سے کیا۔ حضور عالم ﷺ نے فرمایا اب وہ جن نہ تمہارے گھر آئے گا، نہ تمہارے پڑوس میں۔ آسیب زدہ پر آیت الکرسی ۵۰ مرتبہ یا ۱۰۷ مرتبہ یا ۳۱۳ مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ نوٹ: ۳ دن یا ۷ دن تک روزانہ دم کرنا چاہیے۔

مشکلات کے حل کا عجیب وغریب عمل

جو شخص اپنا مقصد حاصل کرنے سے عاجز ہو یا رنج وغم میں مبتلا ہو یا قرض دار ہو۔ غرض کوئی بھی مقصد ہو، یہ آیت ۱۵۳ مرتبہ مداومت (پابندی) کے ساتھ پڑھیں۔ خواہ دن میں پڑھیں یا رات میں، مگر نیت خالص رکھنی چاہیے۔

پڑھنے کا طریقہ:۔ بہتر یہ ہے کہ پہلے غسل کریں، غسل نہ کر سکیں تو وضو کریں اور ۲ رکعت نفل پڑھیں۔ نماز کے بعد استغفار، سورۃ فاتحہ، سورۃ اخلاص اور سورۃ یٰسین پڑھ کر ثواب حضور سرور عالم ﷺ کی خدمت میں ہدیہ کریں۔ پھر یہ آیت ایک مرتبہ پڑھ کر ایک مرتبہ یہ شعر پڑھیں۔ اس کے بعد آیت ۵۰ مرتبہ پڑھ کر یہ ابیات ایک مرتبہ پھر پڑھیں۔ اس کے بعد ۱۰۰ مرتبہ آیت پڑھ کر ایک مرتبہ دوبارہ اشعار پڑھیں۔

آیت **﴿فَسَیَکْفِیْکَھُمُ اللّٰہُ وَھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ﴾**

یَا مَنْ اِذَا ضَاقَ الْفَضَا وَ تَرَاکَمَتْ جَمَلُ الدَّوَاھِیْ
وَ ذَاقَتِ النَّفْسُ الْعَمٰی اِ وَالَیْتَ عِنْدَ التَّنَاھِیْ
فَوَجَتْھَا بِدَقِیْقِہٖ مِنْ حُسْنِ لُطْفِکَ یَا اِلٰھِیْ

گناہوں کا کفارہ

ایک روز دریا میں اچانک طغیانی آگئی اور کشتی الٹ گئی۔ وہ لوگ جو تیراکی نہیں جانتے تھے وہ تو کسی نہ کسی طرح کنارے سے لگ گئے لیکن ملاح کا بیٹا ڈوب گیا

(تحریر: عبدالکریم باجوہ)

دریا، نہر یا کسی تالاب میں ایک دو انسانوں کے ڈوبنے کی خبریں اخباروں میں چھپتی رہتی ہیں۔ کسی کو بچا لیا جاتا ہے اور کئی اس طرح ڈوب کر غائب ہو جاتے ہیں کہ دریا یا نہر سے کئی کئی دن لاشیں نہیں ملتیں۔ بعض کی لاشیں فوراً مل جاتی ہیں۔ آپ سن کر یقیناً حیران ہوں گے کہ دریاؤں کے کناروں پر جہاں لوگ پکنک اور کشتی رانی کے لیے اکٹھے ہوتے ہیں، وہاں پیشہ ور ملاح اور مانجھی بھی موجود ہوتے ہیں۔ ڈوبنے والے اکثر نوجوان ہوتے ہیں جو شوقیہ میں آکر گہرے اور تیز پانی میں اتر جاتے ہیں۔ ان میں کوئی ڈوبنے لگتا ہے تو اس کے ساتھی یا رشتہ دار شور مچاتے ہیں۔ ایک دو ملاح دوڑے آتے ہیں اور چند سو معاوضہ بتا کر کہتے ہیں کہ پہلے ادا کرو لڑکے کو بچالیں گے۔

ڈوبنے کے ہر حادثے میں ایسا نہیں ہوتا اور نہ ہو سکتا ہے لیکن ملاح اور پیشہ ور تیراک جہاں موقعہ دیکھتے ہیں اپنا مطالبہ پیش کر کے کسی کو بچانے کے لیے نہر میں یا دریا میں اترتے ہیں۔ اگر کہیں ہجوم زیادہ ہو تو وہ دریا میں اتر جاتے ہیں وہ نہ اتریں تو ہجوم میں سے دو چار آدمی ڈوبنے والے کے پیچھے کود کر اسے بچالیتے ہیں۔ ایک مہینہ گزرا، اخباروں میں تین خبریں اکٹھی چھپی تھیں جن میں بتایا گیا تھا کہ بہت سے افراد مختلف جگہوں پر ڈوب کر مر گئے۔ میں جب بھی ایسی خبر پڑھتا ہوں تو مجھے اپنے ڈوبنے کا واقعہ یاد آجاتا ہے لیکن لکھتے لکھتے رہ جاتا ہوں۔ یہ تین چیزیں اکٹھی چھپیں تو اپنا واقعہ لکھ ڈالا ہے۔ میرا واقعہ بہت پرانا ہو گیا ہے۔ اس وقت میں فسٹ ائیر میں تھا۔ میں اچھی طرح تیرنا نہیں جانتا تھا۔ پھر میں بھی اپنے کالج کی کشتی رانی ٹیم میں شامل ہو گیا اور تیراکی کی مشق کرنے لگا۔ دریا ان دنوں کچھ جوش میں تھا۔ ہمیں ہمارے پروفیسر صاحب نے ہدایت کر رکھی تھی کہ اول تو کشتی پانی کا زور ٹوٹنے تک چلانی ہی نہیں۔ اگر ضرور چلانی ہو تو دریا میں زیادہ آگے نہ جانا۔ میں ضرورت سے زیادہ شرارتی اور جوشیلا ہوا کرتا تھا۔ ایک روز میں تین ساتھیوں کے ساتھ کشتی چلا رہا تھا۔ ایک دوست نے دریا کے گہرے پانی میں پہنچ کر کہا جو کوئی یہاں چھلانگ لگا کر تیرتا ہوا کنارے تک پہنچ جائے وہ اسے پچاس روپے انعام دیگا۔ باقی سب تو چپکے بیٹھے رہے لیکن میں نے جوانی کے جوش کا مظاہرہ کیا اور بلا سوچے سمجھے شیخی بگھارنے کے لیے کشتی سے کپڑوں سمیت دریا میں چھلانگ لگا دی۔ میں نیا نیا تیراک تھا اور کبھی کبھی کسی تالاب یا نہر کے کنارے شوقیہ تیراکی کر لیا کرتا تھا۔ میں نے یہی سوچا تھا کہ بس یہ معمولی ہی کی تیراکی ہوگی اور میں کنارے تک پہنچ کر پچاس روپے وصول کر لوں گا۔ میں نے جو کچھ سوچا تھا معاملہ اس کے بالکل الٹ ہو گیا۔ میں غوطہ لگا کر ابھرا تو مجھے اپنی بے وقوفی کا احساس ہونے لگا۔ پانی گہرا اور بہاؤ بہت تیز تھا۔ میں نے کنارے کی طرف تیرنے کی کوشش کی لیکن میں پانی کے ساتھ بہتا چلا جا رہا تھا۔ جلد ہی میں غوطے کھانے لگا اور میرے اوسان آہستہ آہستہ کھونے لگے۔ اس کے بعد مجھے کچھ ہوش نہ رہا۔

جب ہوش آیا میں دریا کے باہر اوندھے منہ لیٹا ہوا تھا اور ایک بوڑھا شخص میری پیٹھ پر دباؤ ڈال کر مجھے قے کروا رہا تھا تاکہ دریا کا پانی جو میرے پیٹ میں چلا گیا ہے باہر نکل آئے۔

میرے دوست، جن کے چہرے خوف اور دہشت سے زرد ہو رہے تھے، بھاگ کر کہیں سے ایک تانگہ لے آئے اور مجھے تانگے میں ڈال کر گھر کی طرف چل دیئے۔ وہ بوڑھا شخص جس نے میری جان بچائی تھی ہمارے ساتھ ہی تانگے میں بیٹھ گیا۔ اس نے بتایا کہ ابھی میرے پیٹ میں پانی موجود ہے۔ پھیپھڑوں میں پانی چلا گیا ہوگا۔ اس کے لیے کچھ مالش وغیرہ کرنے کی ضرورت پیش آئے گی جس کے لیے اس کا میرے گھر جانا ضروری ہوگا۔ میں نے سوچا کہ اس شخص کو میرے باپ سے انعام لینے کا لالچ ہوگا۔

ہم لوگ گھر پہنچے تو میرے دوستوں نے میرے والدین کو بتایا کہ اس بوڑھے شخص نے دلیری سے مجھے ڈوبنے سے بچالیا تھا جبکہ وہاں کنارے پر موجود ہٹے کٹے اور جوان ملاحوں نے میرے دوستوں کے شور مچانے پر کہا تھا کہ پہلے وہ انہیں ان کا نذرانہ دیں اس کے بعد وہ پانی میں چھلانگ لگائیں گے۔ میں اپنے والدین کی اکلوتی اولاد ہونے کی وجہ سے ان کا بہت چہیتا تھا۔ میرے اس طرح بچ جانے پر وہ بوڑھے ملاح کے انتہائی شکر گزار تھے۔ اس بوڑھے کی کوشش سے میری جسمانی حالت بحال ہو گئی۔ اس نے میرے گھر والوں کو کہا کہ وہ میرے لیے کڑوا تیل گرم کر کے لائیں۔ پھر اس نے نیم گرم تیل سے مجھے کبھی الٹا اور کبھی سیدھا لٹا کر میرے جسم کے مختلف حصوں کی مالش کی اور قریباً ایک گھنٹے بعد اس نے مجھے بالکل پہلے کی طرح تازہ دم کر دیا۔ میرے والد صاحب نے نذرانے اور تشکر کے طور پر اسے پانچ سو روپے پیش کئے۔ جو آج کے پانچ ہزار روپے کے برابر ہوتے ہیں لیکن اس نے بدک کر ہاتھ باندھ دیئے اور ہم سے التجا کی کہ خدا کے لیے پیسے میرے نزدیک بھی نہ لاؤ، مجھے ان سے وحشت ہوتی ہے۔ اس کے انکار کرنے کا انداز کچھ ایسا اچانک اور بے ساختہ تھا کہ ہم حیران رہ گئے۔ اس نے کہا کہ اس نے اپنا فرض ادا کیا ہے۔

ہم نے اس سے پوچھا کہ آخر وہ کیوں پیسے لینے سے اتنا خوفزدہ ہے۔ پہلے تو وہ رسمی باتوں سے ٹالتا رہا پھر اس نے غمگین لہجے میں یہ کہانی سنائی جو میں اپنے الفاظ میں بیان کرتا ہوں۔ اس ملاح کا ایک جوان بیٹا تھا اور دوسرے ملاحوں کی طرح اس کا بھی یہی کام تھا کہ وہ لوگوں کی مجبوری سے فائدہ اٹھاتا اور جب کبھی کسی کو بچانے کا معاملہ ہوتا تو وہ بھی مدد طلب کرنیوالے سے پہلے پیسے طلب کرتا۔ اگر کوئی بدقسمت اسے منہ مانگی رقم ادا نہ کر سکتا تو وہ اس کی مدد سے انکار کر دیتا۔ اس نے کئی ڈوبنے والوں کی لاشیں کثیر معاوضہ پیشگی وصول کر کے نکالی تھیں۔ اس ملاح کا جوان بیٹا کشتی میں مسافروں کو لے کر جایا کرتا تھا۔ ایک روز دریا میں اچانک طغیانی آگئی اور کشتی الٹ گئی۔ خدا کا کرنا دیکھئے کہ وہ لوگ جو تیراکی نہیں جانتے تھے وہ تو کسی نہ کسی طرح کنارے سے لگ گئے لیکن ملاح کا بیٹا ڈوب گیا۔ دوسرے روز اس کی لاش ملی۔

اس حادثے نے اس بوڑھے ملاح کی کمر توڑ کر رکھ دی۔ اسے بار بار یہی خیال آتا تھا کہ اس کا بیٹا بہترین تیراک اور ملاحوں کی اولاد ہونے کے باوجود کیوں ڈوب گیا؟ اس کے دل کو ایک خلش سی لگی رہتی تھی۔ ایک روز وہ یہ مسئلہ لے کر ایک بزرگ کے پاس گیا۔ جس نے اسے بتایا کہ اصل میں قدرت نے اسے اس طرح اس کے گناہوں کی سزا دی ہے اور بتایا ہے کہ اگر اللہ چاہے تو بڑے بڑے تیراکوں کو ڈبو دیتا ہے اور اگر چاہے تو تیراکی بالکل نہ جاننے والوں کو بچالیتا ہے۔ اپنی کہانی سناتے ہوئے اس کی بوڑھی آنکھوں سے آنسو بہنے لگے۔ اس نے رندھی ہوئی آواز میں کہا" یہ بات نہیں کہ میں یا میری بیوی اولاد کو پیدا کرنے کے قابل ہی نہیں تھے لیکن خدا نے مجھے پھر اولاد نہ دی۔ مجھے کئی لوگوں نے کہا کہ دوسری شادی کر لو لیکن میں سمجھ گیا کہ قدرت کی طرف سے مجھے سزا مل رہی ہے۔ اس وقت سے آج تک میں اپنے انہی گناہوں کا کفارا ادا کر رہا ہوں۔ میں دن رات دریا پر ہی رہتا ہوں تاکہ کسی کو بھی میری مدد کی ضرورت ہو تو میں اس کے کام آسکوں۔ مجھے اس طرح ایک سکون سا رہتا ہے اور میرا دل گواہی دیتا ہے کہ اللہ تعالیٰ میرے گناہ معاف کر دے گا"...... اور وہ چلا گیا۔

ربیع الثانی کی نفلی عبادات

جو شخص پورا ماہ بعد نماز عشاء یہ وظیفہ روزانہ ۱۱۱۱ مرتبہ پڑھے گا وہ موت کے وقت کلمہ پڑھتا ہوا اس دنیا سے رخصت ہوگا

یہ اسلامی سال کا چوتھا مہینہ ہے اسے ربیع الآخر بھی کہا جاتا ہے۔اس کا نام رکھتے وقت ربیع کا موسم تھا یعنی ربیع کا اخیر تھا اس لیے اس کا نام ربیع الآخر رکھا گیا مگر ربیع الاول کی مناسبت سے اس کا نام ربیع الثانی مشہور ہوگیا۔

اس مہینہ کے مشہور واقعات یہ ہیں کہ اس مہینہ کی تیسری تاریخ کو حجاج نے کعبۃ اللہ پر آگ پھینکی تھی جبکہ سیدنا حضرت ابن زبیرؓ وہاں محصور تھے۔جس سے خانہ کعبہ جل گیا۔اسی ماہ میں حضرت سیدنا عبدالقادر جیلانیؒ کا وصال بھی ہوا ہے۔

نفلی عبادت

اس ماہ کے نوافل حسب ذیل ہیں جو اکثر صوفیاء پڑھتے رہے ہیں۔

شب اول کے نوافل: عابدوں کا کہنا ہے کہ جب ربیع الثانی کا چاند نظر آجائے تو اس کی شب اول میں بعد نماز مغرب آٹھ رکعت نفل دو دو کی رکعت کی نیت سے پڑھے اور اس میں سورہ فاتحہ کے بعد سورۂ کوثر تین بار اور دوسری میں سورۂ کافرون تین بار پھر تیسری چوتھی ، پانچویں ، چھٹی ، ساتویں ، آٹھویں رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تین تین بار ہر رکعت میں پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو بے شمار نمازوں کا ثواب ملے گا۔

چار رکعت نفل: جواہر غیبی میں ہے کہ اس مہینہ کی پہلی ، پندرھویں، انتیسویں تاریخوں میں چار رکعت نفل پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پانچ بار پڑھے۔ اس کے لیے ہزار نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ہزار برائیاں محصور کی جاتی ہیں۔

انجام بخیر کا وظیفہ: جو شخص پورا ماہ بعد نماز عشاء یہ وظیفہ روزانہ ۱۱۱۱ مرتبہ پڑھے گا وہ موت کے وقت کلمہ پڑھتا ہوا اس دنیا سے رخصت ہوگا۔ بعض بزرگوں کا کہنا ہے کہ اس وظیفے میں خاتمہ بالخیر کی بے حد تاثیر ہے۔ اس وظیفہ سے خاتمہ بالخیر ہوتا ہے۔ فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ اَنْتَ وَلِیّٖ فِی الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَةِ تَوَفَّنِیْ مُسْلِمًا وَّاَلْحِقْنِیْ بِالصّٰلِحِیْنَ

(بقیہ صفحہ نمبر 18 پر)

گلقند سے روزہ محسوس نہ ہوا

سحری کے وقت ایک چمچ خالص گلقند کھا لیا کرتے تھے اور اس کے بعد قریباً پانچ کلو میٹر سائیکل چلا کر ڈیوٹی پر جایا کرتے تھے۔ پڑھاتے بھی تھے اور واپس بھی گرمی میں سائیکل چلا کر گھر جاتے تھے

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

مکرمی! آپ کا یہ رسالہ بفضل خدا خدمت خلق میں مصروف عمل ہے۔آپ کی ترغیب پر چند واقعات و مشاہدات تحریر کر رہا ہوں جس سے یقیناً لوگوں کو فائدہ ہوگا۔

یہ 1999ء کی بات ہے جب میں ملتان کے ایک سکول میں ساتویں کلاس میں پڑھتا تھا۔ ہمارے ایک استاد ذوالفقار علی صاحب جو کہ ویسے تو ڈرائنگ کے استاد تھے لیکن ہمیں اسلامیات پڑھایا کرتے تھے۔ ہماری کلاس میں ایک لڑکا پڑھتا تھا جو کہ کلاس کا مانیٹر بھی تھا۔اس کے والد حکیم تھے اور ان کا اپنا دوا خانہ تھا۔ جب یہ بات ہمارے استاد محترم ذوالفقار صاحب کو پتہ چلی تو انہوں نے اس لڑکے کو بلایا اور اسے اگلے دن آدھا کلو گلقند لانے کو کہا لیکن تاکید کر دی کہ گلقند خالص ہو اسی لیے تم سے منگوا رہا ہوں کیونکہ تم لوگ خود بناتے ہو۔ اگلے دن وہ لڑکا گلقند لے آیا۔ ذوالفقار صاحب نے اس کی قیمت پوچھی لیکن لڑکے نے لینے سے انکار کر دیا۔ استاد محترم کے اصرار پر اس نے غالباً -/30 روپے لیے۔ اس کے بعد استاد محترم نے بتایا کہ جب رمضان المبارک گرمیوں میں آتا تھا تو وہ سحری کے وقت ایک چمچ خالص گلقند کھا لیا کرتے تھے اور اس کے بعد قریباً پانچ کلومیٹر سائیکل چلا کر گرمی میں ڈیوٹی پر جایا کرتے تھے۔ پڑھاتے بھی تھے اور واپس بھی گرمی میں سائیکل چلا کر گھر جاتے تھے۔ آنے جانے کا دس کلومیٹر فاصلہ طے کرنے اور پڑھانے کے باوجود اتنی شدید گرمی میں انہیں پیاس محسوس نہیں ہوتی تھی۔

ایک دو باتیں اور ذہن میں آرہی ہیں جب کبھی میرا گلا خراب ہوتا تھا یا کھانسی ہوتی تھی تو والد صاحب نے ایک ٹوٹکہ بتایا ہے کہ مصری کے ٹکڑے کو منہ میں رکھ کر چوستے رہا کرو اس سے فرق پڑے گا۔ یہ واقعی آزمودہ ہے اور گلا صاف ہو جاتا ہے۔ ہماری ایک استانی تھیں انہوں نے ایک مرتبہ باتوں باتوں میں بتایا کہ اگر کسی کا قد نہ بڑھ رہا ہو تو وہ صبح سویرے اٹھ کر لٹکے اور لٹکنے کے بعد ایک گلاس دودھ کا پی لے تو قد بڑھ جائے گا۔ (تحریر: محمد شہزاد مجذوبی۔کراچی)

بواسیر کا پیشاب سے علاج

(مرسلہ: عبدالسمیع۔سکھر)

میرے بھائی کی عمر 30 سال کے قریب تھی اور اس کو خونی بواسیر تھی۔ ساتھ موکے بھی تھے۔شلوار خون سے بھری رہتی تھی۔ بڑی تکلیف اور جلن رہتی تھی۔ بواسیر سے بے حد پریشان اور کمزور ہو گیا تھا۔ ہم سب بھی اس کے لیے پریشان تھے۔ بہت علاج کرائے ،آخر آپریشن تجویز ہوا لیکن ناکام۔ آپریشن والے لوگوں کو دیکھ کر ہم گھبرا گئے۔ ایک دن اسی پریشانی میں تھے کہ کھجور منڈی خیر پور میر میں ایک شخص سے یہ بات ہوئی تو اس نے کہا مایوس نہ ہوں میں خود مریض تھا۔ مجھے بھی یہی تکلیف تھی۔ مجھے کسی نے بتایا کہ ڈاکٹر کے پاس آپریشن کرا لوں۔ میں آپریشن کے لیے تھیٹر گیا لیکن وہاں سے بھاگ آیا۔ کسی نے مجھے بتایا کہ اپنا پیشاب کسی برتن میں یا بوتل میں رکھ لیں۔ پاخانہ کر کے پہلے استنجا اپنے پیشاب سے کریں۔ پھر 10 منٹ کے بعد پانی سے طہارت کریں۔ اسی طرح سے تین دن کرنے کو کہا۔ میں نے 15-10 دن کیا اور بالکل ٹھیک ہو گیا۔ ہم نے بھی بھائی پر یہی ٹوٹکہ آزمایا اور شفا حاصل کی۔ آج 7 سال ہو گئے پھر کبھی یہ تکلیف نہ ہوئی۔ بواسیر کے لیے آزمودہ نسخہ ہے۔ میں نے یہ طریقہ اور بہت سے لوگوں کو بتایا اور انہوں نے آزمایا اور تندرست ہو گئے۔

(بقیہ: خواتین پوچھتی ہیں؟)

(چنبیلی یا زیتون) دو چمچ، سرسوں کے بیج دو چمچ ان سب کو ملا کر باریک پیس لیں اور تیل ملا کر بوتل میں رکھ لیں تھوڑے سے سفوف میں پانی ملا کر گاڑھا گاڑھا لیپ تیار کریں اور منہ پر اچھی طرح لگائیں۔ دس پندرہ منٹ بعد ہاتھ گیلے کر کے ابٹن کی طرح خوب ملیں اور اتار کر منہ دھو لیں۔ ہفتے میں دو تین بار ایک لیموں کے رس میں تھوڑا سا دودھ یا بالائی ملا کر چہرے پر ملیں۔ پانچ منٹ بعد منہ دھو لیں۔ صبح نہار منہ ایک لیموں کا رس ایک گلاس پانی میں ملائیں اور ایک چمچ شہد ڈال کر پیا کریں۔ بیسن سے منہ دھویا کریں۔ اس سے چکنی جلد ٹھیک ہو جاتی ہے۔ سبزیاں، سلاد اپنی غذا میں شامل کریں۔

آسیب کے خاتمے کے لیے ❁ مرگی اور بے ہوشی سے نجات ❁ حافظہ کے لیے اکسیر

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاءاللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف وعملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

ہر مرض سے شفا کے لیے

"وَبِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰهُ وَ بِالْحَقِّ نَزَلَ ط سات مرتبہ کسی مریض پر اس آیت کا پڑھ کر دم کرنا حکم الٰہی سے شفا دیتا ہے۔ (سورۂ بنی اسرائیل آیت نمبر 105)

فائدہ: سورۂ بنی اسرائیل کا تین مرتبہ روزانہ پڑھنا دو جہاں کی ترقی مراتب، سارے جہاں کی مشکلیں حل کرنے کے لیے نہایت مجرب اور مفید ہے۔

آسیب کے خاتمے کے لیے

اگر عورت یا مرد پر آسیب کا اثر ہو اور واقعی کسی شخص پر جن یا بھوت پریت آتا ہو تو تین مرتبہ (سورۃ کہف کی آیت نمبر 47,48,49) کا مریض پر پڑھ کر دم کرنا اور تین بار کسی کاغذ پر لکھ کر مریض کو دکھانا نہایت مفید اور مجرب ہے آیتیں یہ ہیں۔

"وَيَوْمَ نُسَيِّرُ الْجِبَالَ وَتَرَى الْاَرْضَ بَارِزَةً وَّحَشَرْنٰهُمْ فَلَمْ نُغَادِرْ مِنْهُمْ اَحَدًا o وَعُرِضُوْا عَلٰى رَبِّكَ صَفًّا ط لَقَدْ جِئْتُمُوْنَا كَمَا خَلَقْنٰكُمْ اَوَّلَ مَرَّةٍ ۢ بَلْ زَعَمْتُمْ اَلَّنْ نَّجْعَلَ لَكُمْ مَّوْعِدًا o وَوُضِعَ الْكِتٰبُ فَتَرَى الْمُجْرِمِيْنَ مُشْفِقِيْنَ مِمَّا فِيْهِ وَيَقُوْلُوْنَ يٰوَيْلَتَنَا مَالِ هٰذَا الْكِتٰبِ لَا يُغَادِرُ صَغِيْرَةً وَّلَا كَبِيْرَةً اِلَّآ اَحْصٰهَا ۚ وَوَجَدُوْا مَا عَمِلُوْا حَاضِرًا ط وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ اَحَدًا o

سورہ کہف کا جمعہ کے دن پڑھنا زمین سے آسمان تک نور پیدا کرتا ہے اور آٹھ دن تک وہ نور برابر قائم رہتا ہے۔ پھر اس کے پڑھنے والے کو یہ سارا نور قبر میں اور قبر کے بعد قیامت میں دیا جائے گا۔ اس سورت کا روزانہ پڑھنا ایمان کی قوت کو زیادہ کرتا ہے اور نور ایمان میں ترقی بخشتا ہے۔ جس مکان میں سورہ کہف پڑھی جائے گی کوئی شیطان یا چور اس مکان کا قصد نہ کرے گا۔ سورۂ کہف کی تین آیتیں اول سے یاد کرنا پھر ان کو ہر روز تین مرتبہ پڑھنا دجال کے فتنہ سے محفوظ رکھے گا۔ اگر کسی شخص کو رات کے وقت جاگنا منظور ہو اور کوئی جگانے والا نہ ہو اور خود بھی اٹھنے کی امید نہ ہو وہ شخص عشاء کی نماز کے بعد سورہ کہف پڑھ کر سو جائے انشاءاللہ جس وقت ارادہ کرے گا اسی وقت آنکھ کھلے گی۔ مجرب عمل ہے۔

مرگی اور بے ہوشی سے نجات

کٓهٰيٰعٓصٓ داہنے ہاتھ کی انگلیوں پر اور **حٰمٓ عٓسٓقٓ** بائیں ہاتھ کی انگلیوں پر پڑھ کر دم کرنا پھر دونوں ہاتھ کی انگلیاں کسی شخص کی طرف کھول دینا اس طرح کہ ہر ایک حرف کے ساتھ ایک انگلی بند کر لی جائے۔ دو حرفوں کے ساتھ دسوں انگلیاں بند کرنے کے بعد جس کسی کی طرف کھول دینا مقصود ہو دفعتہً کھولی جائیں اس میں انشاءاللہ فائدہ تسخیر کا پیدا ہوگا۔ **کٓهٰيٰعٓصٓ** کا مریض کے ماتھے پر لکھنا بفضلہٖ تعالیٰ درد سر، مرگی اور بے ہوشی سے صحت بخشتا ہے۔

حافظہ کے لیے اکسیر

(سورۃ مریم کی آیت نمبر 12,13,14,15) لکھ کر بچے کے گلے میں تعویز بنا کر ڈالنا اور ہر مہینہ میں تین روز چینی کی طشتری پر لکھ کر پلانا، بچے کو والدین کی نافرمانی سے اور خود بچے کے لیے بھی تمام آفتوں سے بچانے اور ذہن اور حافظہ زیادہ کرنے کے لیے بڑا اکسیر کا حکم رکھتا ہے آیتیں یہ ہیں۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ o يٰيَحْيٰى خُذِ الْكِتٰبَ بِقُوَّةٍ ط وَاٰتَيْنٰهُ الْحُكْمَ صَبِيًّا o وَّحَنَانًا مِّنْ لَّدُنَّا وَزَكٰوةً ط وَكَانَ تَقِيًّا o وَّبَرًّا بِوَالِدَيْهِ وَلَمْ يَكُنْ جَبَّارًا عَصِيًّا o وَسَلٰمٌ عَلَيْهِ يَوْمَ وُلِدَ وَيَوْمَ يَمُوْتُ وَيَوْمَ يُبْعَثُ حَيًّا o

دوسروں کو حقیر سمجھنے کا انجام

سچے انسانوں کو ہم نے حقیر سمجھ لیا، صرف اس لیے کہ ان کے آس پاس ہم کو دنیا کی رونقیں نظر نہ آئیں (تحریر: مولانا وحیدالدین)

زندگی نام ہے ناخوش گواریوں کو خوش گواری کے ساتھ قبول کرنے کا۔ تھیو ڈور روز ویلٹ (Theodore Roosevelt) نے اسی بات کو ان الفاظ میں کہا کہ زندگی کا سامنا کرنے کا سب سے زیادہ ناقص طریقہ یہ ہے کہ حقارت کے ساتھ اس کا سامنا کیا جائے: (The Poorest Way To Face Life is To Face It With a Sneer) اصل یہ ہے کہ اس دنیا میں کوئی شخص اکیلا نہیں۔ بلکہ اس کے ساتھ دوسرے بہت سے لوگ بھی یہاں زندگی کا موقع پائے ہوئے ہیں۔ اللہ تعالیٰ اپنے منصوبہ کے تحت ہر ایک کو اس کا سامانِ حیات دے رہا ہے۔ کسی کو ایک چیز، کسی کو دوسری چیز اور کسی کو تیسری چیز۔ ایسی حالت میں آدمی اگر دوسروں کو حقیر یا کم سمجھ لے تو وہ حقیقت پسندانہ نظر سے محروم ہو جائے گا۔ وہ نہ اپنے بارے میں صحیح رائے قائم کر سکے گا اور نہ دوسروں کے بارے میں۔ تاریخ انسانی میں جو سب سے بڑا اجرم کیا گیا ہے وہ عدم اعتراف ہے۔ تاریخ کے ہر دور میں خدا کے نیک بندے حق کا پیغام لے کر اٹھے، انہوں نے لوگوں کو سچائی کی طرف بلایا۔ مگر ہمیشہ ایسا ہوا کہ ان کے مخالفین کی اکثریت نے ان کو نظر انداز کر دیا۔ اس کی سب سے بڑی وجہ یہی تھی کہ انہوں نے ان سچے انسانوں کو حقیر سمجھ لیا، صرف اس لیے کہ ان کے آس پاس انہیں دنیا کی رونقیں نظر نہ آئیں، وہ ان کو تخت عظمت پر بیٹھے ہوئے دکھائی نہیں دیتے۔ انہوں نے کہا کہ ہم ایک چھوٹے آدمی کے سامنے کیوں اپنے آپ کو جھکائیں۔ یہی معاملہ قومی رویہ کا بھی ہے۔ اگر ہم ایک قوم کو حقیر سمجھ لیں تو اس کے بارے میں ہمارا پورا رویہ غلط ہو کر رہ جائے گا۔ ہم اس قوم کی اچھائیوں کو بھی برائی کے روپ میں دیکھنے لگیں گے، ہم اس قوم کی طاقت کا غلط اندازہ کریں گے اور اس سے ایسے مواقع پر غیر ضروری طور پر لڑ جائیں گے جہاں بہترین عقل مندی یہ تھی کہ اس سے اعراض کیا جائے۔ دوسروں کو بھی کم سمجھنا باعتبار نتیجہ خود اپنے آپ کو کم سمجھنا ہے۔ دوسروں کو حقیر سمجھنے کا آخری انجام صرف یہ ہے کہ آدمی خود دوسروں کی نظر میں حقیر ہو کر رہ جائے۔

پتھری کا علاج: ایک پودا ہے جس کا نام ہے ''پتھر چٹا'' یہ پتے توڑ لیں اور انہیں کھاتے رہیں۔ پتھری ختم کرنے کے لیے یہ سب سے اکسیر علاج ہے

لڑکے، لڑکیوں اور والدین کے لیے

میرا علاج نہ کیا تو خودکشی کرلوں گا

قارئین زیر نظر تحقیق مثبت ذہن کے ساتھ شائع کی جا رہی ہے۔ لڑکے، لڑکیاں اور والدین بھی ضرور پڑھیں کیونکہ یہ تحریر وقت، معاشرہ اور اخلاق کی اشد ضرورت ہے

روحانی وجسمانی قوت کی کمی:

نوجوان ذہنی طور پر مفلوج ہوگئے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ان نوجوانوں کو اپنے ماں باپ کا سہارا ہی نہیں بننا بلکہ ملک و ملت کی تعمیر و ترقی، بقا اور دفاع کی ذمہ داری بھی انہیں ہی سنبھالنی ہیں۔ اسلام ایسے دور میں داخل ہوگیا ہے جہاں اسے تاریخ کے سب سے بڑے خطرے کا سامنا ہے۔ مگر ہمارے نوجوان جسمانی اور روحانی لحاظ سے اتنے طاقتور نہیں کہ غیر مسلم قوتوں کا مقابلہ کرسکیں۔ جسمانی اور روحانی قوت کی جتنی ضرورت آج ہے، وہ اس سے پہلے کبھی پیش نہیں آئی تھی۔

نفسیاتی خلفشار اور جذباتی گھٹن کی زیادتی:

پاکستان اور اسلام کو اس عظیم خطرے سے بچانے والے بوڑھے نہیں نوجوان ہوں گے۔ شمعِ رسالت ﷺ کو نوجوان ہی اپنے لہو سے روشن رکھیں گے۔ حق کی آواز کو مسجد کے لاؤڈ سپیکر نہیں بلکہ یہ نوجوان بلند کریں گے اور رسول اکرم ﷺ کی سنتوں کو یہی نوجوان زندہ رکھیں گے، مگر جب ہم ان خطوط کو پڑھتے ہیں جو نوجوان ہمیں لکھ رہے ہیں تو دل پر ہیبت طاری ہوجاتی ہے کہ ان نوجوانوں کے اندر جو خالد بن ولیدؓ، صلاح الدین ایوبیؒ، محمد بن قاسمؒ اور محمود الدین غزنویؒ ہیں، وہ نفسیاتی خلفشار اور جذباتی گھٹن کا شکار ہوکر دماغی اور جسمانی لحاظ سے معذور ہوگئے ہیں اور مجمع لگانے والے حکیم، دکانوں میں بیٹھے ہوئے نیم حکیم ان نوجوانوں کی مردانگی کو دہشت ناک الفاظ، فریب کارانہ باتوں اور خالص افیون کی گولیوں سے جنہیں انہوں نے مجرب نسخوں کا نام دے رکھا ہے، بیمار اور دیمک خوردہ بنا رہے ہیں۔ ہم اخباروں میں خودکشی کی اس قسم کی خبریں پڑھتے رہتے ہیں کہ ایک آدمی نے گھریلو جھگڑوں سے تنگ آکر خودکشی کرلی ہے۔ یہ صرف ہم لوگ جانتے ہیں کہ اصل گھریلو جھگڑا کیا تھا۔ اسے نہ مرنے والا بیان کرتا ہے نہ مرنے والے کی بیوہ زبان پر لاتی ہے۔ طب اور نفسیات کے ڈاکٹر معاشرے کے راز دان ہیں۔ ہمارے پاس خاوند بھی آتے ہیں اور بیویاں بھی۔ باپ بھی اور ان کے جوان بیٹے بھی، مائیں بھی اور ان کی بیٹیاں بھی، اور یہ سارے مریض ہمیں ہمدرد اور ہمراز سمجھ کر دل کے سارے ہی راز اور الجھنیں ہمارے حوالے کردیتے ہیں۔ ہم آج انہی رازوں اور الجھنوں کی روشنی میں بات کررہے ہیں۔

ماہنامہ عبقری پر اعتماد:

''ماہنامہ عبقری'' میں روحانی، طبی اور نفسیاتی آرٹیکل شائع ہونے کے بعد نوجوانوں نے بھی ہمیں اپنا ہمدرد اور ہمراز بنایا ہے اور یہاں تک لکھ دیا ہے۔ ''اگر آپ نے بھی میرا علاج نہ کیا تو میں خودکشی کرلوں گا۔'' تو ہم پر فرض عائد ہوتا ہے کہ ہم لگی لپٹی رکھے بغیر قوم کو ایسی تباہی سے بچائیں جس سے نہ والدین بچوں کو آگاہ کرتے ہیں نہ بچے والدین کو مدد کے لیے پکار سکتے ہیں اور تباہ ہونے والے چپ چاپ تباہ ہورہے ہیں یا نیم حکیموں اور فریب کار معالجوں کے ہاتھوں لٹ رہے ہیں۔ اگر ہم یہ فرض ادا نہیں کرتے تو ہم مسیحا نہیں مجرم ہیں۔ ہم شرم و حجاب کو الگ رکھ کر زندگی سے منہ موڑنے والے نوجوانوں اور ان کے والدین کو یقین دلاتے ہیں کہ یہ کوئی سنگین مسئلہ نہیں جس سے گھبرا کر قوم کا کوئی نوجوان ہزاروں خواہشوں، سینکڑوں عزائم اور آرزوئیں دل میں لیے اس دنیا سے ہی اٹھ جائے۔ ہم طب، نفسیات اور فلسفے کی تکنیکی اصطلاحوں پر بات نہیں کریں گے ورنہ بات عام فہم نہ ہونے کی وجہ سے الجھ جائے گی۔ ہمارا مقصد علمیت کا اظہار نہیں بلکہ ایک عام ذہن کے قاری کو اصل مسئلہ ذہن نشین کرانا ہے۔

نئی پود کا اصل مرض جنسی ہیجان ہے:

یعنی تنہائی میں اپنے جسم سے اپنے ہاتھوں سے جنسی ہیجان پیدا کرنا یہ عادت لڑکوں میں بھی ہوتی ہے اور لڑکیوں میں بھی۔ اگر کوئی ماں باپ یہ کہہ کر مطمئن ہوجائیں کہ ہمارا بچہ اس قباحت کا عادی نہیں تو وہ ایک خوفناک خود فریبی میں مبتلا ہیں۔ طب اور نفسیات کے ماہرین کی یہ رپورٹ اور تجزیہ غلط نہیں کہ ننانوے فی صد نوجوان ''جنسی ہیجان'' سے لطف اندوز ہوتے ہیں اور باقی ایک فی صد وہ ہیں جو جھوٹ بولتے ہیں۔ ہم والدین کو خوفزدہ نہیں کرنا چاہتے۔ یہ حرکت اسی صورت میں تباہی کا باعث بنتی ہے جب کوئی بچہ اس کا عادی ہوجائے اور جب اس کی تمام تر توجہ اسی عادت پر مرکوز رہتی ہے۔ خوفزدہ ہونے یا گھبرانے کی کوئی بات نہیں۔ ہم آپ کو چند ایک ایسے طریقے بتائیں گے جن پر آپ نے یا آپ کے بچوں نے عمل کیا تو جنسی ہیجان سے نجات حاصل کرنا کوئی مشکل نہیں ہوگا۔ یہ مسئلہ کوئی ایسا ٹیڑھا نہیں کہ والدین سر پکڑ کر بیٹھ جائیں یا کوئی نوجوان خودکشی کرلے۔ سب سے پہلے اس عادت کی تحریک اور پس منظر کو ذہن نشین کرلیں پھر اس کا انسداد آسان ہوجائے گا۔ (جاری ہے)

صرف تجربہ کار پڑھیں

آپ کی تحریروں کا انتظار ہے۔ خاص نمبر کی تیاری زور و شور سے جاری ہے یقیناً آپ کے پاس وقت نہیں لیکن بے ربط تحریر جو کسی واقعے، تجربے، ٹوٹکے اور روحانی وظیفہ پر مشتمل ہو یقیناً آپ کے لیے صدیوں صدقہ جاریہ بنے گی۔ دیر کیسی قلم اٹھائیں۔ وہ اس لیے کہ روزانہ وصول ہونے والے ہزاروں پیغامات، خطوط، ٹیلی فون، موبائل اور بالمشافہ ملاقات کی شکل میں، ان میں ہر شخص قارئین کی بھیجی ہوئی تحریروں کی تعریف کرتا ہے۔ ان کا شکریہ ادا کرتا ہے۔ بلکہ بعض تو ان قارئین کے فون یا پتے دریافت کرتے ہیں تاکہ ہم ان کا خود شکریہ ادا کریں کہ جو چیز آپ کے لیے اہم تھی یا غیر اہم۔ وہ ہمارے لیے جاں بخشی کا ذریعہ بن گئی۔ قارئین آپ ضرور توجہ فرمائیں۔ ہم ہر پل آپ کے تجربات و مشاہدات کے منتظر رہیں گے۔ انتظار، انتظا، انتظار.......

بنفشی قہوہ (ہر موسم اور ہر عمر میں یکساں مفید)

صدیوں سے آزمودہ یہ قہوہ پرانی اور لاعلاج کھانسی، الرجی، ریشہ، بلغم، دمہ، ناک بہنا، دماغی دباؤ بوجھ اور جکڑن کے لیے سالہا سال سے آزمودہ ہے۔ پرانا دمہ، پرانا نزلہ، دائمی زکام اور ریشہ بچوں بڑوں کے لیے جس موسم میں ہو نہایت لاجواب ہے۔ بدذائقہ نہیں، بہترین فوائد رکھتا ہے۔ جن لوگوں کو بلغم الرجی اور کھانسی زکام نے عاجز کردیا ہو وہ اسے مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ مزے کی بات یہ ہے کہ بے خوابی نیند کی کمی، دماغی خشکی، معدے کی تیزابیت جلن کے لیے لاجواب چیز ہے۔ مزید دماغی کمزوری یادداشت کی کمی اور نگاہ کی کمی کو بھی لازوال فائدہ دیتا ہے۔ اگر شفاء حیرت سیرپ بطور میٹھے کے استعمال کریں تو فوائد میں چار چاند لگ جائیں گے ورنہ بغیر سیرپ کے بھی اکیلا لاجواب فوائد رکھتا ہے

ترکیب: ڈیڑھ کپ پانی میں چوتھائی چمچ چائے والا ڈال کر اُبالیں جب ایک کپ پانی بچے تو چھان کر ہلکا میٹھا ملائیں یا نہ ملائیں چسکی چسکی پییں دن میں 3 سے 4 بار۔

ڈبی کی قیمت -/100 روپے، علاوہ ڈاک خرچ تقریباً ایک ماہ کی دوا۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔ (ام اوراق)

چہرے پر دانے

میری عمر انیس سال ہے۔ دو سال سے چہرے پر دانے نکل رہے ہیں۔ ان دانوں کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ مجھے کوئی ٹوٹکہ بتایئے۔ (شائلہ خان۔ ڈیرہ اسماعیل خان)

☆ آپ تلی ہوئی چیزیں زیادہ نہ کھایئے۔ چکنی چیزوں سے دانے زیادہ نکلتے ہیں۔ بیسن کے ساتھ منہ دھویا کیجئے۔ گل منڈی خرید لیجئے۔ گول گول پھولوں کی شکل میں ہوتی ہے۔ رات کو سترہ منڈیاں ایک گلاس پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح ان کو ہاتھ سے مل اور چھان کر ایک چمچ شہد ملا کر پی لیا کیجئے۔ اس سے خون صاف ہوگا، دانے نہیں نکلیں گے۔

وطن واپسی پر پیٹ کی خرابی

ہم لوگ وطن سے باہر رہتے ہیں تو صحت ٹھیک رہتی ہے۔ پاکستان آتے ہی پیٹ کی خرابی کا مسئلہ پیدا ہو جاتا ہے۔ گھر والے اور عزیز و اقارب اچھے اچھے کھانے بناتے ہیں جن کو ہم جی بھر کر نہیں کھا سکتے۔ اور جب معدہ ٹھیک ہونے لگتا ہے تو ہماری چھٹی ختم ہو جاتی ہے۔ ایک صاحب نے مشورہ دیا ہے کہ پاکستان جاتے ہی سوئے کے بیجوں کا ابلا ہوا پانی پی لو پھر معدہ صحیح رہے گا۔ (زینب بی بی۔۔ دبئی)

☆ زینب بی بی! آپ کا خط مجھے اب ملا ہے اور آپ ستمبر میں پاکستان آکر واپس دبئی جا چکی ہوں گے۔ آپ یوگا کرتی ہیں۔ بہت اچھی بات ہے۔ اس سے بہت فائدہ ہوگا۔ آپ نے معدے کی بات کی ہے۔ وطن آتے ہی ثقیل غذا کا بوجھ اس پر لاد دیا جاتا ہے۔ قورمہ، گوشت، بریانی، کباب، سموسے اور اس نوع کی دیگر بوجھل غذائیں پیٹ میں جاتی ہیں، اس میں اگر تھوڑی سی احتیاط کر لی جائے تو آپ کا پیٹ ٹھیک رہ سکتا ہے۔ پراٹھے، نان، نہاری، حلیم، پائے وغیرہ آتے ہی نہ کھانا شروع کریں۔ ایک کھانا ہضم ہونے کے بعد دوسری دفعہ کھائیں۔ آپ ابلا ہوا، مقطر اور معدنی پانی استعمال کریں۔ اس سے آپ پچاس فی صد صحت مند رہیں گی۔ کھانا ضرور کھایئے مگر اعتدال سے، بھوک رکھ کر۔ تھوڑی سی کچی ادرک سالن میں ضرور ڈال لیجئے۔ آپ دوبارہ پاکستان آئیں تو ضرور بتایئے گا، آپ کو کچھ ادویات بھجواؤں گا ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

کیکر کا کوئلہ

کیکر کا کوئلہ کیسے بنتا ہے اور اسے پیسنا کس طرح ہے؟ امید ہے آپ ضرور بتائیں گے۔ (منصورہ بیگم۔ بہاولنگر)

☆ محترمہ لکڑی کی ٹال سے کیکر کا کوئلہ لیجئے۔ اگر خود بنانا چاہیں تو کیکر کی لکڑی جلائیں اور جب وہ سرخ ہو جائے تو اسے پانی کا چھینٹا دے کر بجھا دیجئے اور کوئلے رکھ لیجئے۔ کیکر کا کوئلہ تیار ہے محفوظ کر لیں۔ کوئلے سل بٹے پر یا ہاون دستے میں پیس سکتے ہیں۔ انہیں باریک پیسنا ہے تاکہ دانتوں پر آسانی سے ملا جا سکے۔ آپ کیکر یا جامن کی تازہ مسواک بھی کر سکتے ہیں اس سے دانت صاف ہو جائیں گے۔

برف کے فائدے

میں تمام دن برف کھاتی ہوں کسی سے سنا ہے نقصان دہ ہے۔ آپ مجھے برف کے بارے میں بتایئے فائدہ مند ہے یا نقصان دہ ہے۔ (عروسہ سعدیہ۔۔۔۔ ساہیوال)

☆ عروسہ بی بی! برف کا فائدہ یہی ہے کہ آپ ٹھنڈا پانی پی لیں یا مشروبات میں ڈال کر لطف اندوز ہوں۔ جہاں تک ہر وقت برف چبانے کا مسئلہ ہے وہ ٹھیک نہیں۔ ''ہر بات کی زیادتی نقصان دہ ہوتی ہے۔'' دانت خراب ہوں گے۔ معدہ کمزور ہوگا۔ آپ کو شاید معلوم نہیں چین میں گرم پانی پیا جاتا ہے۔ ان لوگوں کی صحت کتنی اچھی ہوتی ہے چست رہتے ہیں اور بیمار بھی نہیں ہوتے۔ آپ اپنی اس عادت پر قابو پایئے۔ برف چبا کر گرم گرم کھانا کھائیں تو اس سے آپ کے دانتوں پر برا اثر پڑے گا۔ اپنے معدے اور دانتوں پر رحم کھایئے۔ برف کھانا چھوڑ دیجئے ورنہ نقصان ہوگا۔

ایک اہم مسئلہ

سعدیہ بیٹی نے جب سے ہوش سنبھالا ہے۔ والدین کو سرد جنگ میں ہمہ تن مصروف دیکھا ہے جس کی وجہ سے دونوں بہنیں اور بھائی متاثر ہیں۔

☆ سعدیہ بی بی! گھریلو ماحول خوشگوار نہ ہو تو انسان اکثر و بیشتر بھٹک جاتا ہے۔ پیار کی تلاش میں دھوکا کھاتا ہے۔ والدین کو چاہیے اپنے مسائل علیحدگی میں حل کریں۔ بچوں کے سامنے شور شرابا نہ کریں، مگر ہمارے معاشرے میں مرد اپنے آپ کو برتر جان کر بیوی کے ساتھ ناروا سلوک کرتا ہے جس کا اثر لامحالہ بچوں پر ہوتا ہے۔ عورت کی غلطی بھی ہوتی ہے مگر مرد کو چاہیے وہ اسے درگزر کرتے ہوئے محبت پیار سے سارے مسئلے حل کر لے۔ اب آپ کو محلے کے لڑکے نے پیغام دیا۔ آپ کی غلطی تھی کہ آپ اس سے علیحدگی میں ملتی رہیں۔ ایک بار کی غلطی کو غلطی کہا جا سکتا ہے۔ مگر اس سے بار بار ملنا صحیح نہ تھا۔ اب وہ لڑکا آپ سے دوسری شادی کرنا چاہتا ہے۔ کیا آپ کو یقین ہے کہ وہ آپ کے ساتھ اچھی طرح نباہ کرے گا اور آپ اس کی پہلی بیوی کے حقوق کا دھیان رکھ سکیں گی۔ بات یہ ہے کہ آپ ڈاکٹر بننا چاہتی ہیں اس کے لیے آپ کو محنت درکار ہے ابھی ساری زندگی آپ کے سامنے ہے آپ ساری باتوں کو فراموش کر کے تعلیم پر توجہ دیجئے۔ آپ ڈاکٹر بن جائیں گی تو والدین بھی خوش ہوں گے۔ والدین کو سرد جنگ میں مصروف رہنے دیجئے۔ انا کی جنگ وہ آخر تک لڑتے رہیں گے۔ آپ اپنی پڑھائی میں خوب محنت کریں۔ عشق کا بھوت کم ہو جائے گا۔ آپ خود دیکھیں گی چند برسوں بعد آپ میں کتنا فرق آئے گا۔ ہو سکتا ہے آپ کا ہونے والا شوہر اس لڑکے سے کہیں زیادہ اچھا ہو۔ اللہ تعالیٰ بہتر کرے گا وہ بڑا کارساز ہے۔

گورا رنگ

میرے سامنے تین خط ہیں۔ تینوں بچیاں کالی ہیں اور کالے رنگ کی وجہ سے احساس کمتری میں مبتلا ہیں۔ شادی کا مسئلہ ہے، جو رشتہ آتا ہے وہ کالی رنگت دیکھ کر انکار کر دیتے ہیں۔ یہ بچیاں پوچھتی ہیں کہ ہمارا قصور کیا ہے؟ کیا ہماری شادی بھی نہیں ہوگی؟ رنگ گورا کرنے کے لیے کوئی ٹوٹکا بتایئے۔

☆ یہ بچیاں خوانخواہ احساس کمتری کا شکار ہیں۔ کئی گوری لڑکیاں ایسی ہیں جن کی شادی نہیں ہوئی۔ یہ سب مقدر کے کھیل ہیں جوڑے تو آسمان پر بنتے ہیں۔ انہیں چاہیے ایک پاؤ مسور کی دال لیکر اسے ایک گلاس دودھ میں رات کو بھگو دیں اور صبح اسے کسی ٹرے میں پھیلا کر دو تین دن کے لیے رکھ دیں۔ دال خشک ہو جائے تو اسے باریک پیس لیں۔ اس میں دو چمچے پسی ہوئی ہلدی، دو چمچے سوڈا بائی کارب، سوکھے ہوئے گلاب کے دو پھول، بادام چھلے ہوئے دس عدد، خشخاش دو چمچے، کوئی سا تیل (بقیہ صفحہ نمبر 9 پر)

ٹیلی فون ریسیور پکڑنے کا غلط انداز

(انتخاب: غلام سرور۔خوشاب)

صرف برطانیہ میں موبائل فون استعمال کرنے والوں کی تعداد ستر ہ ملین سے زیادہ ہے اور وہاں ہر چار سیکنڈ کے بعد ایک ٹیلی فون (موبائل) فروخت ہو رہا ہے۔ اب تک وہاں لاکھوں لوگ ٹیلی فونائٹس میں مبتلا ہو چکے ہوں گے

یہ منظر دفتروں میں عام طور سے دیکھا جا سکتا ہے کہ ہاتھوں سے کوئی اور کام ہو رہا ہے اور ٹیلیفون کا ریسور گردن اور شانے کے درمیان پکڑ کر کسی سے گفتگو ہو رہی ہے۔ تاہم مالشی علاج کے ماہرین اور معالجین یہ کہتے ہیں کہ ٹیلی فون ریسیور کو اس طرح پکڑنے اور بے فکری کی باتیں کرنے سے ہمیں جسمانی طور پر شدید نقصان بھی پہنچ سکتا ہے۔ انہوں نے اس طرح پہنچنے والی چوٹ یا تکلیف کو ٹیلی فونائٹس (Telephonitis) کا نام دیا ہے۔

ماہرین کا خیال ہے کہ گردن اور شانے کے درمیان میں فون دبانے سے ریڑھ اور بالائی شانے کی نازک ہڈیوں کو ضرر پہنچ سکتا ہے، یہاں تک کہ ایک شانہ دوسرے سے اونچا بھی ہو جاتا ہے۔ سرے یونیورسٹی (برطانیہ) کے سائنس دانوں کے مطابق اس طرح ریسیور پکڑنے سے موبائل فون یا عام ٹیلی فون دونوں استعمال کرنے والوں کو خطرہ ہے، لیکن چوں کہ چھوٹے اور پتلے موبائل فون کا استعمال اب بڑھتا جا رہا ہے لہذا انہیں قابو میں رکھنے کے لیے شانے کو اور بھی اونچا کرنا پڑتا ہے تاکہ ہمارے دونوں ہاتھ دوسرے کاموں یا کمپیوٹر پر کام کرنے کے لیے خالی رہیں اس طرح اب زیادہ لوگوں کو گردن میں درد اور پٹھے اکڑنے کی شکایت ہونے لگی ہے۔

اندازہ یہ ہے کہ صرف برطانیہ میں موبائل فون استعمال کرنے والوں کی تعداد ستر ہ ملین سے زیادہ ہے اور وہاں ہر چار سیکنڈ کے بعد ایک ٹیلی فون (موبائل) فروخت ہو رہا ہے، لہذا ماہرین کا خیال ہے کہ اب تک وہاں لاکھوں لوگ ٹیلی فونائٹس میں مبتلا ہو چکے ہوں گے۔

ایک تحقیقی مطالعے میں ایک ۳۶ سالہ خاتون کا ذکر ہے جو کپڑوں پر استری کے دوران آدھے آدھے گھنٹے تک فون کو اپنی گردن اور شانے کے درمیان پکڑے رہتی تھی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ اس کی گردن کی شریانیں بند ہونے لگیں اور اسے فالج کا خطرہ لاحق ہو گیا۔ ایک صاحب کو اسی عادت کی وجہ سے ایک بار اپنے سیدھے ہاتھ میں تکلیف محسوس ہوئی اور ایک ماہ تک وہ اس ہاتھ سے کام نہ کر سکے کیوں کہ ان کے کسی عصب کو نقصان پہنچ گیا تھا۔ ماہرین کا خیال ہے کہ شانے اور گردن کے درمیان فون کو اس طرح تھامنے سے جوڑ انحطاط پذیر ہونے لگتے ہیں، نسوں میں سوزش ہو جاتی ہے، عضلات میں تکلیف دہ اکڑن شروع ہو جاتی ہے اور ریڑھ کی تکالیف پیدا ہو جاتی ہیں۔ ماہرین نے اندازہ لگایا کہ دفتروں میں کام کرنے والے جو لوگ دن میں کم از کم دو گھنٹے ہاتھوں سے کام کرتے ہوئے فون کو گردن اور شانوں کے درمیان تھامے باتیں کرتے ہیں ان کی گردن میں درد شروع ہو جاتا ہے۔

پرانی وضع کے ٹیلی فون خاصے بڑے اور بھاری ہوتے تھے، لہذا شانے کو اتنا اچکانا پڑتا تھا جتنا کہ آج کل کے ہلکے اور چھوٹے فون کے لیے اچکانا نہیں پڑتا ہے۔ ڈنڈی (Dundee) یونیورسٹی میں گنٹھیا کے مرض کی ایک خاتون نے یہ خیال بھی ظاہر کیا کہ موبائل فون کو غلط طریقے سے گردن اور شانے کے درمیان تھاما جائے تو جوڑوں اور ہڈیوں پر ورم ہو جاتا ہے اور اکثر یہ کیفیت بھی ہو جاتی ہے کہ سر، گردن اور شانے میں درد ہونے لگتا ہے۔ بعض ماہرین نے یہ مشورہ دیا کہ موبائل فون استعمال کرنے والے کام کرتے وقت ایک ہاتھ فون پکڑنے کے لیے خالی رکھیں، جب کہ ڈرائیونگ کرتے وقت دونوں ہاتھوں سے اسٹیرنگ تھامے رہیں۔

طشت، شہد اور بال

عورت کا غیر محرم کی نگاہ سے اپنے آپ کو بچانا بال سے بھی زیادہ باریک ہے

(تحریر: ابوالعرفان قاری محمد یوسف سبحانی۔میلسی)

اللہ تعالیٰ نے فرمایا شہد میں انسانوں کے لیے شفا ہے۔ حضرت محمد ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص ہر مہینہ میں تین بار شہد استعمال کرے اللہ تعالیٰ اسے بڑی مہلک امراض سے بچائے گا۔ ایک مرتبہ آپ ﷺ حضرت ابو بکر صدیقؓ، حضرت عمر فاروقؓ، حضرت عثمان ذوالنورینؓ کے ساتھ حضرت علی المرتضیٰؓ کے گھر تشریف لے آئے تو خاتون جنت نے گھر میں موجود شہد کو ایک طشت میں ڈال کر مہمانوں کے لیے پیش فرمایا۔ آپ ﷺ نے دیکھا طشت میں شہد اور شہد میں بال ہے آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا اس میں اسرار و رموز ہیں، آپ لوگ بیان کریں۔

صدیق اکبرؓ بولے مومن کا ایمان اس طشت سے زیادہ روشن ہے اور ایمان کی لذت شہد سے زیادہ شیریں اور ایمان تادم آخر لے جانا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ فاروق اعظمؓ بولے بادشاہت اس طشت سے زیادہ روشن ہے حکم چلانا شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور انصاف کا خیال رکھنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ عثمان ذوالنورینؓ بولے علم طشت سے زیادہ روشن ہے اور علم کا حصول شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور علم پر عمل کرنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ علی المرتضیٰؓ بولے یہ مہمان طشت سے زیادہ روشن ہیں اور مہمانوں کی خدمت شہد سے زیادہ مرغوب ہے مہمان کی دلنوازی کا خیال رکھنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔

خاتون جنتؓ بولیں عورت کا حیاء اس طشت سے زیادہ روشن ہے اور چہرے کا نقاب شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور عورت کا نگاہِ غیر محرم سے اپنے آپ کو بچانا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا معرفت الٰہی طشت سے زیادہ روشن ہے اور معرفت سے آگاہی شہد سے زیادہ شیریں ہے اور معرفت الٰہی کو دل میں اتار لینا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ جبریل علیہ السلام بولے راہ خدا طشت سے زیادہ روشن ہے اور راہِ خدا میں شہادت شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور شہادت میں رضا الٰہی کا خیال کرنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا جنت طشت سے زیادہ روشن ہے اور جنت کی نعمتیں شہد سے بھی زیادہ شیریں ہیں اور جنت کو جانے والا راستہ بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔

جوار کی روٹی اور مہلک بیماریوں کا خاتمہ

میرے دوست مجھ سے کہنے لگے میں نے آپ سے بھی زیادہ قیمتی ٹیسٹ اور مہنگی ادویات استعمال کیں لیکن افاقہ نہ ہوا میرا قیمتی وقت لیبارٹریوں اور ڈاکٹروں کی لائن میں لگ گیا

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

حسب معمول مریض کے دیکھنے میں مصروف تھا باری پر ایک صاحب نے تعارف کرایا کہ میرا نام ماجد رسول خان ہے۔ پرنٹنگ کا کاروبار کرتا ہوں۔ طبی مشورے کے لیے آیا ہوں۔ معائنہ کے بعد خود ہی فرمانے لگے کہ میں اپنے آپ کو مریض محسوس کرنے لگا تھا۔ جسم کا انگ انگ کمزور اور ٹوٹا رہتا تھا۔ اعصاب کھنچے، دل کے اندر مُردنی اور کمزوری غالب رہتی تھی۔ بعض اوقات آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا تھا۔ طبیعت ہر وقت بے چین اور بے قرار رہتی تھی۔ ہلکی دوائی استعمال بھی کی، کچھ پرہیز بھی کیئے۔ وقتی طور پر طبیعت ٹھیک لیکن پھر ویسے، بظاہر کچھ مرض بھی نہیں لیکن حالت مریضوں جیسی تھی۔

آہستہ آہستہ میرا سانس پھولنا شروع ہو گیا۔ اگر چند قدم بھی چل لیتا تو سانس بے رفتار اور بے قاعدہ ہو جاتا۔ یہ حالت میرے لیے اور زیادہ تشویش ناک تھی۔ میرا گھر کچھ اس طرز کا بنا ہوا تھا کہ سیڑھیاں چڑھنا میری مجبوری تھی اب یا تو گھر چھوڑ جاؤں یا پھر اس کی کوئی تدبیر کروں۔ چونکہ پرنٹنگ کا کاروبار تھا بعض اوقات کوئی وزنی چیز بھی اٹھاتا تو وہ اٹھانا میرے لیے ناممکن ہو جاتی اور دل کی دھڑکن بہت زیادہ بڑھ جاتی۔ چہرہ سرخ، ہاتھ پاؤں کی رگیں پھول جاتیں۔ اکثر ایسا بھی ہوتا کہ ہاتھ پاؤں سُن ہو جاتے۔ کتنی کتنی دیر تک اوسان بحال نہ ہوتے۔

گھر میں بچوں سے محبت اور ان سے کھیلنا میرا دلچسپ مشغلہ تھا۔ اب کچھ دنوں سے کھیلنے کو دل بھی نہیں چاہتا تھا کیونکہ بس تھوڑی سی حرکت سے سانس بھی پھول جاتا اور جسم ٹوٹ پھوٹ جاتا۔ ادھر بچے سابقہ ترتیب کے مطابق اصرار کرتے کہ ابو ہم سے کھیلیں لیکن ادھر طبیعت اور صحت خود ابو سے کھیل رہی تھی۔

طبیعت میں غصہ اتنا زیادہ ہو گیا کہ بعض اوقات خود سے شرمندگی ہونا شروع ہو جاتی۔ چڑچڑا پن اور بے چینی بڑھ گئی بات بات پر لڑنے مرنے کو تیار اور کئی دوست میرے اس رویہ سے مایوس اور ناراض ہو گئے۔ ٹینشن، ڈپریشن سنا تو تھا لیکن آزمایا نہیں تھا اور جب اس سے واسطہ پڑا تھا بہت زیادہ پریشان ہو گیا۔ ایک دوست نے ٹیسٹ کروانے کا مشورہ دیا ٹیسٹ کے بعد پتہ چلا کہ کولیسٹرول، یورک ایسڈ اور ٹرائی سلائی گرائیڈز بہت بڑھے ہوئے ہیں۔ اگر ایسی صورت حال ہو تو آپ کو بھی دل کا دورہ پڑ سکتا ہے یا برین ہیمرج یا پھر فالج ہو سکتا ہے۔

اب ڈاکٹروں نے مزید مہنگے ٹیسٹ اور قیمتی ادویات لکھ کر دیں۔ اسی دوران مارکیٹ کے مخلص دوست نے جب میری بیماری اور ٹیسٹوں کا حال سنا تو کہنے لگے میں نے آپ سے بھی زیادہ قیمتی ٹیسٹ کروائے اور مہنگی ادویات استعمال کیں لیکن افاقہ نہ ہوا۔ میرا قیمتی وقت لیبارٹریوں اور ڈاکٹروں کی لائن میں لگ گیا اور بہت سے پیسے ادویات اور ٹیسٹوں میں خرچ ہو گئے۔ پھر مجھے کسی نے بتایا کہ جوار کی روٹی تمام دن کھائیں یعنی گندم کی روٹی کی جگہ سالن کے ساتھ یا کسی بھی چیز کے ساتھ جو آپ کے کھانے کا معمول ہو صرف جوار کی روٹی ہی کھائیں۔ میں نے دو ماہ دن میں 3 بار جوار کی روٹی ہی کھائی اور خوب جی بھر کر کھائی۔ میں بالکل تندرست ہو گیا۔ مجھے امید کی کرن مل گئی مایوس کو کنارا میسر ہوا۔ فوراً ایک دیسی چکی پر گیا جوار لی اور اپنی نگرانی میں پسوا کر اٹھا رہا تھا ایک بوڑھی عورت آٹا لینے آئی ہوئی تھی۔ کہنے لگی بیٹا جوار کی روٹی ٹائیفائیڈ، پرانا بخار، جوڑوں کے درد اور جسم کی طاقت کے لیے آزمودہ ہے اور پھر اشارۃً کہا کہ عورتوں کی نسوانی پوشیدہ تکالیف کے لیے بھی بہترین ہے۔ بڑی بوڑھی کے چند الفاظ نے مجھے تسلی دی اور میرے جذبہ شفا کو امیدی دی۔ گھر لا کر مستقل جوار کی روٹی کھانا شروع کر دی ایک ماہ تک روٹی کھائی لیکن چند دن کھانے سے ہی میری طبیعت میں واقعی تبدیلی آنا شروع ہو گئی کام کاج میں دل لگنے لگا۔ زندگی کی امید پیدا ہو گئی اور محسوس کیا کہ میں تندرستی اور صحت کا سفر طے کر رہا ہوں۔ خیال آیا کہ پھر ٹیسٹ کراؤں اب آپ میرے ٹیسٹ ملاحظہ فرمائیں پہلے کولیسٹرول 295 تھا۔ اب 167 (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں

اپریل کے چوتھے ہفتے 28-04-08 کو پیر کے دن ہماری روحانی محفل ہوگی۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد صبح 05:47 بجے سے دوپہر 03:24 تک کے درمیانی وقت میں کسی بھی وقت 51 منٹ یہ وظیفہ **"بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ، اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ"** بلاتعداد (ہر بار تسمیہ مکمل ساتھ ضرور پڑھیں) خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ 51 منٹ مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے۔ مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئے۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفا عنہٗ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

روحانی محفل سے کمر کے درد کا مستقل حل: عاصم کمال چوہدری صادق آباد سے لکھتے ہیں کہ مجھے ایک حادثے میں چوٹ لگی۔ میری کمر بالکل جھک گئی، کئی علاج، فزیوتھراپی کرائی لیکن فائدہ نہ ہوا آخر کار میں مایوس ہو کر علاج چھوڑ بیٹھا۔ ماہنامہ عبقری میری بہن کے گھر آتا تھا۔ میں ٹوبہ ٹیک سنگھ بہن سے ملنے گیا بہن نے روحانی محفل کی بہت تعریف کی کہ اس نے کئی مسائل کے لیے یہ آزمایا ہے ناممکن مسائل حل ہوئے۔ پھر محلے کی دوسری عورتوں کو بتایا ایک کا بیٹا بیرون ملک جانا چاہتا تھا اس کا مسئلہ حل ہوا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 16 پر)

جب تمام اسباب ختم ہو جائیں تو وظیفہ حاضر ہے

رب رحیم سے مخاطب ہوتے ہیں اور ایسی پر کیف و پر تاثیر پر خلوص و دلنشیں التجائیں کرتے ہیں کہ رحمت الٰہی بھی جوش میں آجاتی ہے دریائے رحمت میں تلاطم پیدا ہوتا ہے اور اس کی عنایتیں و شفقتیں صاف متوجہ معلوم ہوتی ہیں

ہم میں سے ہر ایک کے لیے زندگی میں ایک مرحلہ ضرور ایسا آتا ہے، جب مصائب و مسائل سے وہ تنگ آجاتا ہے۔ اپنوں کی ایذا رسانی' غیروں کی سازشیں' ساتھیوں کا حسد اور رشتہ داروں کا بغض و کینہ اس کا جینا دوبھر کر دیتا ہے۔ اس کی سمجھ میں نہیں آتا کہ وہ کیا کرے' وہ حواس باختہ ہو جاتا ہے اور ہوش کھو بیٹھتا ہے۔ بالآخر ان سب کے حق میں وہ بددعا کا سہارا لیتا ہے لیکن جب اس کا بھی اثر ظاہر نہیں ہوتا تو تنگ آکر امید کا دامن چھوڑ دیتا ہے اور خود اپنے رب سے بھی مایوس اور ناامید ہو جاتا ہے۔

ذرا چشم تصور سے اس منظر کو بھی دیکھیے کہ پوری انسانیت میں سب سے زیادہ ستایا ہوا اللہ کا محبوب ترین بندہ، اللہ کے سب سے لاڈلے و چہیتے' جس کی ایک جان پر کروڑوں جانیں قربان، اپنے دعوتی مشن پر خود اپنے قبیلہ قریش اور وطن عزیز شہر مکہ سے طائف کا رخ کرتے ہے اس امید میں کہ شاید وہاں کے لوگ اُن کی بات کو سمجھ کر ہمیشہ کی آگ اور جہنم سے نجات کی فکر کریں۔ لیکن وہاں کے لوگ مکہ والوں سے زیادہ بد اخلاق، سخت دل، ترش رو اور ظالم بن کر سامنے آتے ہیں، غنڈوں کی طرف سے کی جانے والی پتھروں کی بارش سے قدم مبارک خون آلود ہو جاتے ہیں' بھوک سے نڈھال ہوتے ہیں' اجنبی مسافر کے لیے اس غریب الوطنی میں ایک گھونٹ بھر پانی بھی میسر نہیں آتا' مظلومیت کی اس فضاء میں بددعا کا ایک جملہ بھی اگر اس وقت زبان مبارک سے نکلتا تو آن کی آن میں اہل طائف خاک ہو جاتے اور ان پر آسمان سے آگ کی بارش برستی۔ پیشکش بھی ہوئی کہ خدا کا غضب جوش میں آیا ہے۔ اگر آپ اشارہ کر دیں اور کہہ دیں تو ابھی آپ کی آنکھوں کے سامنے طائف شہر کے ان دو پہاڑوں کے بیچ ان سب کو کچل دیا جائے اور آپ کی آنکھوں کو ٹھنڈک فراہم کی جائے۔

قربان جایئے نبی رحمت ﷺ کی ان بے پناہ شفقتوں پر کہ یہ فرما کر فرشتہ عذاب کو واپس کرتے ہیں کہ ان میں نہ سہی ان کی نسلوں میں کوئی ہدایت پائے گا (اللہ نے اپنے محبوب کی زبان مبارک سے نکلنے والے ان جملوں کی لاج بھی رکھی اور بعد میں طائف کے سخت دل قبیلہ بنی ثقیف میں محمد بن قاسم جیسے فاتح سندھ بھی پیدا ہوئے)۔ عرش معلّٰی سے فرشتہ کے ذریعہ کی جانے والی اس پیشکش پر آپ فرماتے ہیں کہ اے اللہ: تو میری اس قوم کو معاف کر دے کہ انجانے میں ان سے یہ غلطیاں سرزد ہو رہی ہیں' پھر دست مبارک اٹھاتے ہیں، رب رحیم سے مخاطب ہوتے ہیں اور ایسی پر کیف و پر تاثیر، پرخلوص و دلنشیں التجائیں کرتے ہیں کہ رحمت الٰہی بھی جوش میں آجاتی ہے' رحمت کے سمندر میں تلاطم پیدا ہوتا ہے اور اس کی عنایتیں و شفقتیں صاف متوجہ معلوم ہوتی ہیں۔ وہ اثر آفرین دعائیں کلمات کیا تھے ذرا سنیے اور اپنی زندگی میں بھی اس طرح کے مواقع پیش آنے والے حالات میں اسی طرح مانگنے اور گڑگڑانے کی کوشش کیجئے فرماتے ہیں:

اَللّٰھُمَّ اِلَیْکَ اَشْکُوْ ضُعْفَ قُوَّتِیْ، وَقِلَّۃَ حِیْلَتِیْ وَھَوَانِیْ عَلَی النَّاسِ، رَبَّ الْمُسْتَضْعَفِیْنَ اِلٰی مَنْ تَکِلُنِیْ، اِلٰی بَعِیْدٍ یَتَجَھَّمُنِیْ اَوْاِلٰی عَدُوٍّ مَلَّکْتَہٗ اَمْرِیْ اِنْ لَّمْ یَکُنْ بِکَ عَلَیَّ غَضَبٌ فَلَا اُبَالِیْ غَیْرَ اَنَّ عَافِیَتَکَ ھِیَ اَوْسَعُ بِیْ، اَعُوْذُ بِنُوْرِ وَجْھِکَ الَّذِیْ اَشْرَقَتْ بِہِ الظُّلُمَاتُ وَصَلُحَ عَلَیْہِ اَمْرُ الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَۃِ مِنْ اَنْ یَّحُلَّ بِیْ غَضَبُکَ اَوْیَنْزِلَ عَلَیَّ سَخَطُکَ، لَکَ الْعُتْبٰی حَتّٰی تَرْضٰی وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِکَ.

الٰہی: میں اپنی کمزوری، بے سروسامانی اور لوگوں کی تحقیر کی بابت تجھ سے فریاد کرتا ہوں' اے درماندہ عاجز کے مالک تو مجھے کس کے حوالہ کر رہا ہے' کیا بیگانہ ترش رو کے یا میرے دشمن کے' اگر تو مجھ سے خفا نہیں تو مجھے کسی کی پرواہ نہیں' تیری عافیت میرے لیے وسیع ہے' تیری ذات کے نور کے حوالے سے جس سے سب تاریکیاں روشن ہو جاتی ہیں اور دنیا و آخرت کے تمام مسائل حل ہوتے ہیں اس بات کی پناہ مانگتا ہوں کہ تیرا غضب مجھ پر اترے یا تو مجھ سے ناراض ہو جائے' ہر حال میں تیری ہی رضا مجھے مطلوب ہے' ہر طاقت و قوت کا تو ہی تنہا مالک ہے۔

لاکھوں درود و سلام ہوں اُس رحمت اللعالمین ﷺ پر جس نے اپنی امت اور تڑپتی بلکتی انسانیت کے لیے یہ اور اس طرح کی ہزاروں تکلیفیں اٹھائیں اور مشقتیں برداشت کیں۔ آپ ﷺ کے ان عظیم احسانات کا بدلہ چکانا تو دور کی بات، کیا ہم نے اس پر آپ ﷺ کے لیے درود و سلام کا تحفہ ہی بھیج کر اپنے اوپر موجود آپ کی ان کرم فرمائیوں کا بوجھ ہلکا کرنے کی کوشش کی ہے؟ اگر اب تک آپ ﷺ کے لیے درود پڑھنے کا معمول نہیں رہا تو آیئے آج سے ہم روزانہ کم از کم سو دفعہ درود شریف پڑھنے کا معمول بنائیں جس کا نفع سراسر خود ہم کو ملنے والا ہے اور ہر درود پر ہم کو دس نیکیاں ملنے والی ہیں۔ وہ درود جس کے بھیجنے کا خود اللہ رب العزت اور اس کے فرشتوں کی طرف سے بھی معمول ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّبَارِکْ وَسَلِّمْ

ہر مرض سے شفا کے لیے

نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص بارش کا پانی لے کر اس پر ☆ سورۃ فاتحہ ستر بار ☆ سورۃ اخلاص ستر بار ☆ سورۃ فلق ستر بار ☆ سورۃ الناس ستر بار پڑھ کر دم کرے تو نبی کریم ﷺ نے قسم کھا کر ارشاد فرمایا ہے کہ: جبرائیل علیہ السلام میرے پاس تشریف لائے اور مجھے خبر دی کہ جو شخص یہ سات روز متواتر پیئے گا۔ اللہ سبحانہ وتعالیٰ اس کے جسم سے ہر بیماری دور فرما دیں گے اور اسے صحت و عافیت عطا فرمائیں گے اور اس کے گوشت پوست اور اس کی ہڈیوں سے بلکہ تمام اعضاء سے بیماریاں نکال دیں گے (الدر العظیم ص ۱۱)

نوٹ: رمضان المبارک کا جس دن چاند دیکھے تب رات کو عشاء کی نماز پڑھ کر ایک بار سورۃ فاتحہ پڑھ لے تو سارا سال رزق کی کمی نہیں ہوتی۔ (مراسلہ: صائمہ الیاس۔ پرانا مزنگ لاہور)

رسالے کا تبادلہ: اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

غم: یَا مُھَیْمِنُ 29 بار روزانہ جو کوئی غمزدہ پڑھ لے، ان شاء اللہ عزوجل اس کا غم دور ہو گا

چہرے کی شگفتگی اور تروتازگی برقرار رکھیئے

ماسک جلد کو ضروری نمکیات فراہم کرتا ہے، جھریاں نہیں بننے دیتا، خون کی گردش کو بہتر کرتا ہے۔ سمندری جڑی بوٹیوں کے ماسک سے روکھی اور خشک جلد کو بے پناہ فوائد حاصل ہوتے ہیں (انتخاب: غزالہ۔ فیصل آباد)

چہرے کی نرمی اور تازگی کے لیے نسخے:

(1) کسی بھی سخت اور کھردری جلد کو ملائم اور صاف رکھنے کے لیے نصف لیموں لیکر اُسے چھلکے سمیت، چہرے اور ہاتھوں پر رگڑیں (2) سبزی پکانے کے بعد اس کا پانی محفوظ کرلیں اور پھر ٹھنڈا کر کے چہرے پر ٹونک کے طور پر ملیں (3) قدرتی دہی یا مایونیز (ایک قسم کا سلاد جو انڈے کی زردی کو سبزی یا زیتون کے تیل میں پھینٹ کر اور اس میں سرکہ یا لیموں کا رس، نمک، کالی مرچ اور شکر ملا کر تیار کیا جاتا ہے) چہرے پر ملیں اور دس منٹ اسے لگا رہنے دیں پھر صاف کر کے چہرے کو دھولیں۔ جلد نرم اور ملائم ہوجائے گی۔ (4) کوئی بنا سپتی گھی چہرے کی جلد پر ملیں اور اس کے اوپر پانی کے چھینٹے دیں اور پھر تولیے سے رگڑیں بغیر خشک کریں یہ سادا طریقہ موئسچرائزر کا کام دے گا (5) پیاز کا عرق آنکھوں میں آنسو پیدا کرتا ہے، تاہم یہ جلد کو ملائم کرنے کے لیے بہت ہی موثر ہے۔ چہرے پر ہلکے ہاتھ سے لگائیں لیکن آنکھوں سے دور رکھیں۔ (6) جو کے آٹے کو پانی میں گھول لیں اور پھر اسے جلد پر رگڑنے کے لیے استعمال کریں۔ (7) کھانے کی میز پر بچے ہوئے پھلوں کو مکس کر کے ان کا کاک ٹیل بنالیں اور چہرے پر لگائیں۔ دو تین منٹ لگا رہنے دیں پھر چہرہ دھولیں۔ (8) خشک ہوا کے باعث جلد پھٹ جائے تو ٹھنڈا دودھ چہرے پر ملیں۔ خشک جلد کے لیے نرم اور کریمی صابن استعمال کریں۔

خشک جلد کے لیے ماسک: ماسک دوران خون کو بہتر بناتے ہیں، پٹھوں کو قوت دیتے ہیں اور جلد کی لچک برقرار رکھنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ خشک جلد کے لیے ماسک مندرجہ ذیل ہیں۔

(1) ایک کھانے کا چمچ زیتون کے تیل میں دو چمچ تازہ کریم ملا کر دس منٹ تک چہرے پر لگائیں اور گرم پانی میں بھیگے ہوئے روئی کے پیڈ کے ساتھ صاف کریں (2) ایک کھانے کا چمچ شہد، پندرہ قطرے سنگترے کا رس، ایک کھانے کا چمچ ملتانی مٹی اور ایک چمچ عرق گلاب کو اچھی طرح مکس کر کے چہرے پر لیپ کریں۔ دس پندرہ منٹ بعد چہرہ دھولیں۔

(3) ایک کھانے کا چمچ کارن فلور، ایک بادام پسا ہوا، زیتون کا تیل، تازہ کریم میں اچھی طرح مکس کر کے چہرے پر لگائیں۔ دس منٹ بعد چہرہ دھولیں۔ (4) شہد اور خوبانی کا ماسک چہرے کے بالوں کو جڑوں سے کمزور کرتا ہے اور بالآخر چند مرتبہ کے استعمال سے یہ بال اتر جاتے ہیں۔ یہ ماسک جلد کو غذائیت مہیا کرتا ہے، جلد کو ڈھلکنے نہیں دیتا اور نرم و ملائم بناتا ہے (5) سمندری جڑی بوٹیوں کا ماسک مقبول موئسچرائزنگ ٹریٹمنٹ ہے۔ خصوصاً آنکھوں کے اردگرد نازک بافتوں کی حفاظت کے لیے بہترین ماسک تصور کیا جاتا ہے۔ یہ ماسک جلد کو ضروری نمکیات فراہم کرتا ہے، جھریاں نہیں بننے دیتا، خون کی گردش کو بہتر کرتا ہے۔ سمندری جڑی بوٹیوں کے ماسک سے روکھی اور خشک جلد کو بے پناہ فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

جسم کی جلد کا مساج زیتون کے تیل سے کیا جائے تو بہت فائدہ مند ہے: جسم کے کئی حصوں کی طرح ہتھیلی بھی چکنائی پیدا کرنے والے غدود سے محروم ہوکر خشکی اور کھردرے پن کا شکار ہوکر تڑک چیخ جاتی ہے۔ اس پر صابن اور سرف (ڈٹرجنٹ) کے استعمال سے ایسے داغ دھبے پڑ جاتے ہیں کہ آپ انہیں دوسروں سے چھپانے میں عافیت محسوس کرتے ہیں۔ جسم کے باقی حصوں کی نسبت ہاتھ بڑھتی عمر کے اثرات کو جلد نمایاں کرتے ہیں۔ نہانے دھونے یا پانی والا کام کرنے کے بعد چکنائی والی (کولڈ) کریمیں استعمال کریں اور اگر آپ کی جیب اس فالتو خرچے کی اجازت نہیں دیتی تو لیموں اور ہلدی کی کریم آئیڈیل ہے۔ لیموں کلینزنگ کا کام کرتا ہے جبکہ ہلدی جلد کو نرم اور ملائم رکھتی ہے۔ ہلدی اور لیموں کا امتزاج کیمیاوی عمل سے بننے والے صابنوں اور پانی میں موجود کلورین کے نقصانات کے خلاف مزاحمت کرتا ہے۔ رات کو سونے سے پہلے لیموں اور ہلدی سے تیار کردہ کریم ہاتھوں پر لگائیں اور پندرہ منٹ مساج کریں۔ چہرے پر لگانے والے تمام ماسک اور ٹونکے ہاتھوں کے لیے بھی مفید ہوتے ہیں۔ خوبانی اور شہد سے بنی کریم غذائیت بخش ہے۔ جھریوں کو روکتی ہے۔ جلد کو سڈول بناتی ہے۔ کھردری اور خراب جلد کو کم وقت میں ٹھیک کرنے کے لیے وافر مقدار میں کریم لگائیں۔ اور دستانے پہن کر سو جائیں۔ شہد اور خوبانی کے چھلکوں کا ماسک اور سمندری جڑی بوٹیوں کا ماسک خاص طور پر قابل ذکر ہیں۔

ماسک بنانے کا طریقہ: (1) ہر قسم کی جلد کے لیے ماسک بنانے کے لیے ایک کھانے کا چمچ انڈے کی زردی، سرکہ نصف چائے کا چمچ شکر آٹھ چائے کے چمچ، روغن زیتون حسب ضرورت (2) انڈے کی زردی، سرکہ اور شکر ملا کر خوب اچھی طرح پھینٹ لیں۔ تھوڑا تھوڑا کر کے روغن زیتون ملاتے جائیں اور پھینٹتے جائیں یہاں تک کہ آمیزہ گاڑھا ہوکر زرد رنگ کی کریم بن جائے۔ اس کو بوتل میں محفوظ کرلیں۔ انگلیوں کی مدد سے جلد پر خوب ملیں اور اضافی کریم ٹشو پیپر سے صاف کرلیں۔ اس آمیزے کو جلدی استعمال کرلیں، زیادہ دیر رکھنے سے خراب ہوسکتا ہے۔ کیلے اور شہد کا ماسک بھی مفید ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 31 پر)

ملحوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، کوشش کے باوجود کمی بیشی ہو سکتی ہے، اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ نیز عبقری میں فرقہ وارانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

دوسرے کا بیٹا نافرمان حتیٰ کہ نشہ کرنے لگ گیا تھا اس کا مسئلہ حل ہوا اب وہ بیٹا بالکل تندرست اور نمازی ہے اور اس طرح کے اور بھی کئی واقعات بیان کیے حالانکہ میں ایسی چیزوں پر کم یقین کرتا تھا۔ پھر میں نے ہمت کر کے یہ روحانی محفل مقررہ اوقات کے مطابق کرنا شروع کردی۔ وظائف پڑھ کر سویا، اٹھا تو خاطر خواہ فرق تھا۔ میں نے روزانہ اسی مقررہ وقت پر ان وظائف کو پڑھا۔ آج میں بالکل تندرست ہوں اور مجھے یقین ہوگیا کہ دعا سے بھی مشکل حل ہوتی ہے۔

سنگین عدالتی مقدمے سے نجات: الطاف احمد، ڈسکہ ضلع سیالکوٹ سے لکھتے ہیں کہ میں شروع سے ماہنامہ عبقری کا مطالعہ کررہا ہوں۔ میں ایک سنگین مقدمے میں مبتلا تھا۔ کئی وکیل تبدیل کیے لیکن مقدمہ مزید الجھتا گیا۔ لاکھوں روپے لگ گئے۔ اب ہر ماہ نہایت توجہ سے تمام گھر والے ماہنامہ عبقری کی روحانی محفل پر عمل کررہے ہیں۔ اس دن سے اب تک میرا مقدمہ اور اسکے ساتھ گھر کی بے شمار مشکلات ختم ہوگئیں۔ میں ماہنامہ عبقری کے تمام کارندوں کا مشکور ہوں۔

جن نے مقدمے باز دشمن کی سچی خبر دی

میں ابھی ان کے پاس آکر بیٹھا ہی تھا کہ اچانک ملک صاحب کے ملازم مقصود کا چہرہ بدل گیا۔ سر ہلنے لگا جیسے بوڑھے آدمی کا ہلتا ہے اور آنکھیں بھی عجیب طرح ہو گئیں

(محمد اصغر نمبردار۔ سانگلہ ہل)

قارئین! آپ کا بھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے

بندہ ایک حکیم (طبیب) ہے عدیم الفرصت ہے۔ لکھاری نہیں ہے۔ البتہ فاضل دینیات طبیب حاذق میٹرک ہونے کی بنا پر کچھ ٹوٹا پھوٹا لکھ کر بھیج رہا ہوں۔ واقعہ دلچسپ ہے راقم الحروف چونکہ عالم ہے گاؤں بھلیر چک 119 نزد سانگلہ ہل کا رہائشی ہے۔ اسطرح اسی گاؤں میں مطب بنا رکھا ہے جو دارالحکمت کے نام سے ہے اور اس گاؤں میں جامع مسجد غوثیہ میں جمعہ پڑھاتا ہوں۔ فی الحال ایک واقعہ عجیب حقائق سے بھرا ہوا حاضر ہے۔

آج سے 15 یا 20 برس پہلے کی بات ہے کہ سانگلہ ہل شہر میں جو ہمارے گاؤں سے 2 یا 3 میل کے فاصلے پر ہے ایک صاحب پرور پیر سانگلہ ہل میں تشریف لائے۔ ان کا نام ملک اعجاز احمد تھا۔ ان کو اللہ پاک نے ایک فرزند ارجمند عطا کیا۔ وہ سوکھ گیا یعنی سوکڑا کے مرض میں مبتلا ہو گیا۔ انکی ایک عیسائی نوکرانی ہوا کرتی تھی جس کا نام رابعہ یا عائشہ تھا۔ نوکرانی ان بچوں کو سنبھالتی بھی اور گھر کا کام بھی کرتی تھی۔ وہ صاحب عام لوگوں کی طرح میرے مطب میں اپنے بال بچوں کو یا خود میاں بیوی برائے علاج معالجہ بطور مریض آیا جایا کرتے تھے ان کا مجھ پر بڑا یقین و اعتماد تھا۔ ایک دفعہ وہ اپنا بیٹا لیکر میرے پاس آئے جس کو سوکڑے کا مرض تھا۔ میں نے اس کا علاج کیا اور اللہ کے فضل و کرم سے وہ صحت یاب ہو گیا اور کچھ ہی عرصے میں موٹا تازہ ہو گیا اور ملک صاحب کا میرے اوپر یقین مزید پختہ ہو گیا۔ اب تو ہفتہ میں ایک دو بار وہ میرے مطب پر ضرور تشریف لاتے۔ اسی طرح وہ میرے ہم خیال، ہم مزاج ہو گئے اور آہستہ آہستہ ملک صاحب سے میری دوستی بڑھ گئی اور آپس میں انس بھی بڑھ گیا۔

ایک دن ملک صاحب مجھے ملنے آئے اور عجیب بات کہی کہ آپ کو کبھی اپنے ملازم سے ملائیں گے اس پر جن حاضر ہوتا ہے جو عجیب و غریب باتیں بتاتا ہے۔ میں بڑا حیران ہوا۔ میں نے ملک صاحب کے ملازم سے ملنے کی خواہش ظاہر کی۔ کچھ دن کے بعد ملک صاحب اپنے ملازم کو لیکر میرے مطب پر تشریف لے آئے۔ میں نے ان کو بیٹھک میں بٹھایا اور کھانا کھلایا اور خود مریضوں کو فارغ کر کے ان کے پاس آبیٹھا۔ میں ابھی ان کے پاس آکر بیٹھا ہی تھا کہ اچانک ملک صاحب کے ملازم مقصود کا چہرہ بدل گیا۔ سر ہلنے لگا جیسے بوڑھے آدمی کا ہلتا ہے اور آنکھیں بھی عجیب طرح ہو گئیں۔ ملک صاحب کو اور مجھ کو مخاطب کر کے اس نے السلام علیکم کہا ہم نے جواب دیا۔ چونکہ میرا یہ زندگی کا پہلا واقعہ تھا اس لیے میں کچھ سہم گیا، جھجک گیا، مگر ملک صاحب نے کہا حکیم صاحب فکر نہ کریں کھلے دل سے جو پوچھنا چاہیں پوچھیں جواب دیں گے۔ انہوں نے بھی مجھے پیار و ادب سے بلایا اور فرمایا کوئی بات نہیں کیا حال ہے اچھے ہو؟ ہمارے لائق کوئی خدمت ہو تو ضرور بتائیں۔ آپ کی خاطر بڑی دور سے آنا پڑا ہے۔ میں نے عرض کی اگر آپ برا نہ مانیں تو کھلے دل سے کچھ معروضات کرلوں کیونکہ بندہ اگر چہ جنات کے وجود پر ایمان تو رکھتا ہے۔ لیکن جیسے حضرت ابراہیم علیہ سلام نے اللہ پاک سے عرض کی **كَيْفَ تُحْيِي الْمَوْتَىٰ قَالَ أَوَلَمْ تُؤْمِن قَالَ بَلَىٰ وَلَٰكِن لِّيَطْمَئِنَّ قَلْبِي** ''ترجمہ: یا اللہ آپ مردوں کو کیسے زندہ کریں گے اللہ تعالیٰ نے کہا کہ کیا آپ کا اس پر ایمان نہیں ہے؟ ابراہیم علیہ السلام نے کہا ہاں کیوں نہیں لیکن چاہتا ہوں کہ دل مطمئن ہو جائے۔ اسی طرح میرا بھی جنات کے وجود پر ایمان تو ہے لیکن کچھ سوال کرنا چاہتا ہوں تا کہ اطمینان قلب کی دولت حاصل ہو جائے'' بس پھر وہ بڑے خوش ہوئے کہا جو چاہو سوال کرو پوچھو، جو مجھ سے ہو سکا جواب دونگا۔ آپ اطمینان سے پوچھیں۔ میں نے عرض کی حضرت آپ کی عمر کیا ہے؟ فرمایا 80 سال کے قریب ہے۔ میرے پاس ایک صندوقچی تھی جن میں ضروری ادویات تھیں کہ جب باہر کسی مریض کو دیکھنے جاتا تو ساتھ رکھ لیتا اگر ضرورت پڑتی تو صندوقچی میں سے نکال کر دوائی دے دیتا۔ اس صندوقچی کو ایک چھوٹی سی جندری (تالا) لگا کر رکھتا تھا میں نے عرض کی کہ حضرت اگر آپ جن ہیں تو بتلائیں اس میں کیا ہے؟

(بقیہ صفحہ نمبر 30 پر دیکھیں)

(بقیہ: سلاد کھایئے۔ صحت پایئے)

سلاد قبض نہیں ہونے دیتا۔ جب کہ گوشت اور مرغن غذاؤں کا زیادہ استعمال مضر صحت ہے۔ کیونکہ ضرورت سے زیادہ حرارے (کیلوریز) اور چکنائی ملتی ہے۔ وہ چربی کی صورت موٹاپے کا باعث بنتی ہے۔ سلاد میں موسم کی مناسبت سے ٹماٹر، پیاز یا لیموں ترنج، ہرا دھنیہ، پودینہ، گاجر، چقندر، مولی کھیرا، ادرک، بند گوبھی اور امرود وغیرہ اچھی طرح صاف کر کے باریک کاٹ کر پلیٹ میں لگا کر لیموں، کالی مرچ وغیرہ چھڑک کر کھانے کے ساتھ کھایا جائے۔

سلاد کے اجزاء:

مولی: پتوں سمیت کچی استعمال کرنی چاہئے۔ یہ بھوک لگاتی ہے، یرقان، بواسیر اور قبض میں مفید ہے۔ خون میں یورک ایسڈ کی مقدار کو متوازن رکھتی ہے۔ **گاجر:** کچی گاجر کھانا مفید ہے۔ اس میں ریشہ (فائبر) زیادہ ہوتا ہے حیاتین الف کی وافر مقدار کے باعث بینائی کے لیے مفید ہے۔ چہرہ کی رنگت کو نکھارتی اور خون کی کمی کو دور کرتی ہے۔

شلجم: شلجم کو پتوں سمیت استعمال کریں۔ اس کا استعمال نقرس کھانسی، کیلشیم کی کمی کو دور کرتا ہے وٹامن سی کے حصول کے لیے مفید ہے۔

چقندر: چقندر جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے اور عام جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ دل کے امراض میں مفید ہے۔

ٹماٹر: ٹماٹر میں موجود کیلشیم ہڈیوں اور مسوڑھوں کے لیے قدرتی ٹانک کا درجہ رکھتا ہے۔ قبض دور کرتا ہے اور کالی مرچ و نمک چھڑک کر کھانے سے پیٹ کے کیڑے دور کرتا ہے۔ قدرتی فولاد کا خزانہ ہے خون کی کمی دور کرتا ہے۔

پیاز: بھوک لگاتا اور ہاضمے میں مدد دیتا ہے قبض دور کرتا اور قے روکتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ جگر اور تلی کے لیے مفید ہے۔ اس کی بدبو دور کرنے کے لیے نمک کے پانی میں دھو کر استعمال کریں۔

لیموں: کھانے کے ہاضمے میں مدد دیتا ہے۔ پیٹ کے امراض کو دور کرتا اور بھوک لگاتا ہے۔ حیاتین ج (وٹامن سی) کا قدرتی خزانہ ہے۔ حیاتین "ج" کی کمی سے ہونے والے امراض میں مفید ہے۔ کچے پیاز پر لیموں نچوڑ کر نہ صرف پیاز کی بو ختم کر سکتے ہیں بلکہ بہت فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔

ادرک: پیٹ میں گیس ختم کرتا اور ہضم میں مدد دیتا ہے۔ کھانسی اور زکام میں مفید ہے۔ جوڑوں کے درد میں فائدہ اور بادی پن ختم کرتا ہے۔

کھیرا: پیشاب آور ہے۔ گرمی کم کر کے اس کے اثرات زائل کرتا ہے۔ بخار اور یرقان میں مفید ہے۔ جسم میں حرارت ختم کرتا ہے۔

سبز دھنیا: جسم کی حرارت کم کر کے سکون دیتا ہے۔ نمک کے ساتھ اس کا استعمال ہاضم ہے۔ دماغی کمزوری اور پیشاب کی جلن میں مفید ہے۔ وٹامن اے کی کمی پوری کرتا ہے۔

پودینہ: خوش ذائقہ اور ہاضمہ دار ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ معدہ اور جگر کی اصلاح کرتا ہے۔ پتی اچھلنا میں مفید ہے۔ اس کی چٹنی خوش ذائقہ اور قے روکتی ہے۔ ہضم کے عمل کو تیز کرتی ہے۔ جسم سے فاسد مادے خارج کرتا ہے۔

امرود: دل و دماغ اور معدے کو طاقت دیتا ہے اور قبض دور کرتا ہے۔ پیاس کی شدت کم کر کے خون صاف کرتا ہے۔ جلدی امراض میں مفید ہے۔ اسے کھانے سے قبل استعمال کرنا چاہیے۔

پاپیتا: آنتوں کو صاف کرتا اور قبض دور کرتا ہے۔ دق وسل، دمہ اور خون کی قلت میں مفید ہے۔ آنکھوں کے امراض میں موثر ہے۔

 کافر ہمسایہ کا ایک حق ہے مسلمان ہمسایہ کا دوچند اور رشتہ دار ہمسایہ کا سہ چند ☆ بیگانوں سے نیکی کرنا عمر دراز اور رزق فراخ کرتا ہے

نومولود کو گھٹی اور اس کے طبی فوائد

اللہ تعالیٰ نے جو بھی میٹھی چیز بنائی ہے جیسا کہ کھجور، شہد، گنے کا رس وغیرہ ان تمام چیزوں میں ایسے کیمیائی مرکبات مثلاً کرومیم وغیرہ موجود ہیں جو جسم میں گلوکوز کو جذب ہونے میں مدد دیتے ہیں، لبلبے کے فعل کو متاثر نہیں ہونے دیتے

(تحریر: محمد فاروق اعظم۔ بہاول پور)

حضرت اسماء بنت ابی بکرؓ فرماتی ہیں کہ قُبا میں میرے ہاں ولادت ہوئی پھر میں نومولود بچے (یعنی عبداللہ بن زبیرؓ) کو رسول اللہ ﷺ کی خدمت اقدس میں لائی اور ان کو حضور اکرم ﷺ کی گود میں رکھ دیا تو آپ ﷺ نے کھجور منگائی اور چبا کر ان کے منہ میں ڈال دی پھر ان کی تحسنیک کی اس کے بعد ان کے لیے برکت کی دعا کی۔ (متفق علیہ، مشکوۃ شریف)

حضرت عائشہ صدیقہؓ بیان کرتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ کے پاس نومولود بچے لائے جاتے تو آپ ﷺ ان کے لیے برکت کی دعا کرتے اور گھٹی دیتے (مسلم شریف)

حضرت ابوموسیٰؓ سے روایت ہے کہ میرے ہاں لڑکا پیدا ہوا تو میں اسے لیکر نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا تو آنحضرت ﷺ نے اسکا نام ابراہیم رکھا اور کھجور کو اپنے دندان مبارک سے نرم کر کے اسے چٹایا اور اس کے لیے برکت کی دعا کی پھر مجھے دے دیا۔ (بخاری شریف)

تحسنیک کے لغوی معنی کسی چیز کو چبا کر نرم بنانا ہے۔ تحسنیک کا طریقہ یہ ہے کہ مرد یا عورت کھجور یا کوئی میٹھی چیز چبا کر نرم کرے کہ اسے نگلا جا سکے پھر وہ بچے کا منہ کھول کر اس میں رکھ دے۔ مستحب یہ ہے کہ تحسنیک کرنے والا شخص نیک اور متقی و پرہیزگار ہو۔

گھٹی (تحسنیک کے طبی فوائد):

کھجور میں شوگر، وٹامن، معدنیات اور دیگر اہم غذائی عناصر بڑی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے جو بھی میٹھی چیز بنائی ہے جیسا کہ کھجور، شہد، گنے کا رس وغیرہ ان تمام چیزوں میں ایسے کیمیائی مرکبات مثلاً کرومیم وغیرہ موجود ہیں جو جسم میں گلوکوز کو جذب ہونے میں مدد دیتے ہیں، لبلبے کے فعل کو متاثر نہیں ہونے دیتے اور شوگر کے مرض سے دور رکھتے ہیں۔ پیدائش کے بعد نومولود کے منہ میں میٹھی چیز خاص طور پر کھجور کا گودا ڈالنے سے درد کا احساس کم ہو جاتا ہے۔ وضع حمل کے دوران بچہ عموماً جن مراحل سے گزرتا ہے اس میں دباؤ، کھچاؤ اور اندرونی ضربات سے جو تکلیف ہوتی ہے ان کا وہ روکر اظہار کرتا ہے۔ گھٹی حیرت انگیز طور پر بچے کی شفایابی کا ذریعہ بنتی ہے مزید یہ کہ دل کی حرکات کو جلد نارمل سطح پر لانے میں بھی بہت موثر ہے۔ رسول اللہ ﷺ کی یہ سنت رحمت اور شفابخش ہے۔ چھوٹے بچوں کے اپریشن از قسم ختنہ سے پہلے اور لیبارٹری میں ٹیسٹوں کے لیے خون لینے سے پہلے شہد چٹا دینے یا کھجور وغیرہ کھلا دینے سے بچے کی تکلیف کو کم کیا جا سکتا ہے اور صحت یابی کے دورانیے کو بھی۔

کدو کی اہمیت

(عبدالقیوم۔۔۔ہری پور)

ہمارے پیارے آقا حضور پرنور نبی آخر الزمان حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کدو کو بہت پسند فرماتے۔ حکیم بن جابرؓ اپنے والد گرامی سے روایت فرماتے ہیں۔ ''میں نبی کریم ﷺ کی خدمت میں انکے گھر میں حاضر ہوا تو انکے پاس کدو تھا۔ میں نے پوچھا یہ کیا ہے؟ تو فرمایا کہ یہ کدو ہے۔ جسے ہم اپنے کھانے کو بڑھانے میں استعمال کرتے ہیں۔ (ابن ماجہ)

یہی روایت ترمذی نے بھی دوسرے الفاظ میں بیان کی ہے۔ دل کی بیماریوں میں اس کی افادیت کا تذکرہ ہشام بن عروہ سے میسر ہے۔ وہ اپنے والد گرامی سے روایت کرتے ہیں کہ انہوں نے حضرت عائشہ صدیقہؓ سے کدو کے بارے میں دریافت کیا تو انہوں نے فرمایا ''مجھے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اے عائشہؓ جب تم خشک گوشت پکایا کرو تو اس میں کدو ڈال کر اسے بڑھا دیا کرو۔ کیونکہ یہ غمگین دل کو مضبوط کرتا ہے۔

چند منٹوں میں دانت درد کا علاج

دانت کا درد کیسا ہی کیوں نہ ہو۔ ایک گلاس پانی میں تھوڑی سی پھٹکڑی اور نمک ملا کر دانت پر لگائیں چند منٹوں میں ناقابل بیان دانت کی تکلیف دور ہو جائے گی۔ ان شاءاللہ

(بقیہ: ربیع الثانی کی نفلی عبادات)

ترجمہ: اے آسمانوں اور زمینوں کے پیدا کرنے والے دنیا اور آخرت میں تو ہی میرا رفیق ہے، تو مجھ کو اپنی فرمانبرداری میں دنیا سے اٹھا لے اور مجھ کو اپنے نیک بندوں میں داخل کر لے۔

نصیحتوں کے موتی

(بنت یوسف کاظمی۔۔۔گوجرانوالہ)

......علم حاصل کرو! علم حاصل کرنا بدی نہیں۔

......بدی تو اپنی ذات کے علاوہ سب کو جاہل سمجھنا ہے۔

......وعظ کرو! وعظ کرنا پیشہ نہیں۔

......پیشہ تو خوبصورت خیالات کو داموں اور شہرت کے عوض بیچنا ہے۔

......اطاعت کرو! اطاعت کرنا غلامی نہیں۔

......غلامی تو ضمیر اور روح کی آواز کو دبا لینا ہے۔

......پڑھاؤ! پڑھانا نادرست نہیں۔

......نادرست تو معصوم ذہنوں کی تخریب ہے۔

......اچھے لوگوں کو اچھا سمجھو! یہ مکروہ نہیں۔

......مکروہ تو خوشامد ہے۔

......نفقۂ زیست حاصل کرو! یہ حرام نہیں۔

......حرام تو دولت کی دہلیز پر عقیدوں کا سجدہ ہے۔

......لکھو! لکھنا مذموم نہیں۔

......مذموم تو قلم سے نکلنے والے خیالات کی سوداگری ہے۔

......مزدوری کرو! یہ ناجائز نہیں۔

......ناجائز تو پیٹ کی ضرورتوں کو مذہب بنا لینا ہے۔

......پیار کرو! پیار کرنا ناروا تو نہیں۔

......ناروا تو عصمتوں کے آبگینے توڑ دینا ہے۔

......تجارت کرو! یہ ناپسندیدہ نہیں۔

......ناپسندیدہ تو مجبوریوں سے فائدہ اٹھا لینا ہے۔

......کشادہ ظرف بنو! ایسا کرنا برا نہیں۔

......برا تو خیر و شر کی تمیز اٹھا دینا ہے۔

......خوش ہو! خوش ہونا قابل گرفت نہیں۔

......قابل گرفت تو کسی کی مصیبت پر ہنسنا ہے۔

......محنت کرو! محنت کرنا برا نہیں۔

......برائی تو مخلوق خدا (عزوجل) کو دھوکا دینا ہے۔

......عزت کرو! عزت کرنا برا نہیں۔

......برا تو دولت دنیا کے لیے کسی پر خوش ہونا ہے۔

......محبت کرو! محبت کرنا جنون نہیں۔

......جنون تو غم انسانیت سے بے حس ہو جانا ہے۔

......سوچو! سوچنا وقت کا زیاں نہیں۔

......وقت کا زیاں تو عبث افکار کی چوکھٹ پر زیست کا ضائع کر دینا ہے۔

سرسوں کے بیج سے نصیحت پائیں

بچوں کا صفحہ

ساتویں مصیبت تو غضب کی تھی کہ کولہو میں ڈال کر جو کچلا ہے تو جگر جگر پاش پاش کر دیا اس طرح میں وجود میں آیا۔ میری تمام عمر تو مجاہدوں ہی میں گزری۔ مجاہدہ کا ثمرہ اونچا رہنا ہے اور ناز ونعم کا ثمرہ نیچا رہنا ہے

❁ تیل اور پانی ❁

حکایت ہے کہ ایک گلاس میں پانی اور تیل تھے۔ ایسی صورت میں تیل اوپر رہتا ہے کیونکہ پانی زیادہ وزنی ہوتا ہے۔ پانی نے تیل سے شکایت کی اور پوچھا کہ یہ کیا بات ہے میں نیچے رہتا ہوں اور تو اوپر حالانکہ میں پانی ہوں اور پانی کی یہ صفت ہے کہ وہ صاف، شفاف، خود طاہر و مطہر، روشن، خوبصورت، خوب سیرت غرض ساری صفتیں موجود ہیں اور تو ''تیل'' جو خود بھی میلا اور جس پر گرے اس کو بھی میلا کرے۔ کوئی چیز تجھ سے دھوئی نہیں جا سکتی، چاہیئے یہ تھا کہ تو نیچے ہوتا اور میں اوپر مگر معاملہ برعکس ہے کہ میں نیچے ہوں اور تو اوپر۔ تیل نے جواب دیا کہ ہاں یہ سب کچھ ہے لیکن تم نے کوئی مجاہدہ نہیں کیا۔ ہمیشہ ناز و نعم ہی میں رہے بچپن سے اب تک۔۔۔ بچپن میں فرشتے آسمان سے اتار کر بڑے اکرام سے تم کو لائے، پھر جس نے دیکھا عزت کے ساتھ برتنوں میں بھر لیا، بڑی رغبت سے نوش کیا۔ غرض ہمیشہ عزت ہی عزت اور ناز ہی ناز دیکھا۔ تمہاری دھوپ سے حفاظت کی جاتی ہے۔ میل کچیل اور گرد و غبار سے حفاظت کی جاتی ہے۔ گو اپنے مطلب کو سہی، لیکن ایک میں ہوں کہ جب سے میری ابتدا ہوئی ہے ہمیشہ مصیبتیں ہی مصیبتیں جھیلی ہیں سب سے پہلے تخم (بیج) تھا سرسوں یا تل کا۔ اس کے بعد مصیبت کا یہ سامنا ہوا کہ سینکڑوں من مٹی ہمارے اوپر ڈالی گئی۔ سینہ پر پتھر رکھا گیا۔ پھر میرا جگر شق ہوا یہ دوسری مصیبت پڑی۔ تیسری مصیبت یہ پڑی کہ زمین کو توڑ کر باہر نکلے۔ چوتھی یہ کہ جب باہر نکلے تو آفتاب کی تمازت (گرمی) نے جگر بھون دیا۔ پانچویں مصیبت یہ جھیلنی پڑی کہ جب کچھ بڑے ہو گئے تو درانتی سے کاٹا گیا، چھٹی مصیبت یہ کہ زیر و زبر کیا گیا اور بیلوں کے کھروں میں روندا گیا۔ اخیر میں ساتویں مصیبت تو غضب کی تھی کہ کولہو میں ڈال کر جو کچلا ہے تو جگر جگر پاش پاش کر دیا اس طرح میں وجود میں آیا۔ میری تمام عمر تو مجاہدوں ہی میں گزری اور یہ بات طے ہے کہ مجاہدہ کا ثمرہ اونچا رہنا ہے اور ناز و نعم کا ثمرہ نیچا رہنا ہے (مرسلہ:۔ زمان خان۔ سمندری)

❁ معلومات ❁

(1) ناشپاتی کا درخت تین سو سال تک پھل دیتا ہے۔
(2) دنیا کی بڑی مسجدوں میں ایک (فیصل مسجد) پاکستان میں ہے۔ (3) کوئل ایک ایسا پرندہ ہے جو کبھی گونسلا نہیں بناتا (4) دنیا کے سب سے کم عمر پائلٹ کی عمر نو سال تین سو سولہ دن تھی۔ (5) سعودی عرب دنیا کا واحد ملک ہے جہاں کوئی سینما نہیں (6) دنیا میں سب سے بڑا قبرستان پاکستان میں ٹھٹھہ میں مکلی میں ہے (7) شہد کی مکھی کی 5 آنکھیں ہوتی ہیں (8) شہد کی مکھیوں کو سرخ رنگ نظر نہیں آتا۔ اس لیے وہ سرخ پھولوں سے رس نہیں چوستیں (9) اگر بچھو کے اردگرد آگ جلا دی جائے تو فوراً وہ خود اپنے سر پر ڈس لیتا ہے (10) مچھر کے منہ میں 22 دانت ہوتے ہیں

(مرسلہ: شیر افگن۔ ڈیرہ غازی خان)

❁ دو غلام ❁

ایک بادشاہ کا غلام گھوڑے پر سوار غرور کے عالم میں چلا آرہا تھا۔ سامنے ایک بزرگ آ گئے۔ انہوں نے اس مغرور غلام سے کہا: یہ اکڑ خانی تو اچھی نہیں۔

غلام نے اور زیادہ اکڑ سے کہا۔

''میں فلاں بادشاہ کا غلام ہوں'' اور وہ بادشاہ مجھ پر بہت بھروسہ کرتا ہے جب وہ سوتا ہے تو میں اس کی حفاظت کرتا ہوں۔ جب اسے بھوک لگتی ہے تو میں اسے کھانا دیتا ہوں۔ کوئی حکم دیتا ہے تو فوراً بجالاتا ہوں۔''

اس پر بزرگ نے پوچھا

اور جب تم سے کوئی غلطی ہو جاتی ہے تو؟

غلام نے جواب دیا۔

''اس صورت میں مجھے کوڑے لگتے ہیں۔''

اس پر بزرگ بولے۔

''تب تم سے زیادہ مجھے اکڑنا چاہیے۔''

غلام نے حیران ہو کر پوچھا۔

وہ کیسے؟ بزرگ بولے۔ میں ایسے بادشاہ کا غلام ہوں کہ جب میں بھوکا ہوتا ہوں تو وہ مجھے کھلاتا ہے۔ جب میں بیمار ہوتا ہوں وہ مجھے شفا دیتا ہے۔ جب میں سوتا ہوں تو وہ ہر طرح میری حفاظت کرتا ہے۔'' جب مجھ سے غلطی ہو جائے اور میں اس سے معافی مانگ لوں تو بغیر کوئی سزا دیئے اپنی رحمت و مہربانی سے مجھے بخش دیتا ہے۔ یہ سن کر اس مغرور غلام نے کہا تب تو مجھے بھی اس کا غلام بنا دیں۔ بزرگ فوراً بولے۔ بس تو پھر اللہ کا ہو جا۔

(مرسلہ: راشد شاہ۔ فیصل آباد)

❁ چھ باتیں ❁

حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''مسلمانو اگر تم چھ باتوں کا ذمہ لے لو تو میں تمہارے لئے جنت کا ذمہ لیتا ہوں۔

(1) تم بولو تو سچ بولو (2) جب تم کسی سے وعدہ کرو تو اس کو پورا کرو (3) جب تمہارے پاس کوئی امانت رکھوائی جائے تو اس میں خیانت مت کرو (4) تم اپنی نظریں نیچی رکھا کرو (5) ظلم کرنے سے اپنا ہاتھ روکے رکھو (6) اپنے جذبات نفسانی کی باگ ڈھیلی نہ ہونے دو.

حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول خدا ﷺ نے ارشاد فرمایا جنت کی خوشبو ہزار برس کی راہ تک پہنچتی ہے لیکن قاطع رحم (یعنی رشتہ ناطہ توڑنے والا) ماں باپ کا نافرمان اور بوڑھا زنا کا مرتکب، اس خوشبو سے محروم ہیں۔

حضرت عائشہؓ روایت کرتی ہیں کہ جناب رسول خدا ﷺ نے ارشاد فرمایا: خدا کی رحمت ایسی قوم پر نازل نہیں ہوتی جس میں بے رحم لوگ موجود ہوں (مرسلہ: عبدالرحمٰن۔ چھانگا مانگا)

❁ باپ کی دعا ❁

ایک دفعہ ہارون الرشیدؒ نے ایک شخص کو اس کے بیٹے کے سمیت جیل بھیج دیا۔ اس شخص کی عادت تھی کہ گرم پانی سے ہی وضو کرتا تھا۔ داروغہ جیل نے قید خانہ میں آگ لے جانے پر پابندی لگا دی، لڑکے نے رات کو قندیل میں پانی رکھ کر اپنے والد کے لئے پانی گرم کیا۔ جب صبح ہوئی تو اس شخص کو ذرا گرم پانی ملا۔ اس نے بیٹے سے پوچھا، یہ پانی کہاں سے آیا ہے؟ اس کے بیٹے نے جواب دیا کہ اس قندیل پر گرم کیا ہے۔ جب یہ خبر داروغہ جیل کو پہنچی تو اس نے قندیل کو اونچا کر کے لٹکا دیا۔ تب لڑکے نے یہ کیا کہ رات بھر پانی کے برتن کو اپنے سینے سے دل پر لگائے رکھے رکھا۔ کسی قدر اس میں گرمی آگئی اس کے باپ نے پوچھا یہ کہاں سے آیا؟ اس نے اصل صورتحال بیان کر دی۔ تب باپ نے ہاتھ اٹھا کر دعا مانگی کہ اے اللہ! میرے بیٹے کو جہنم کی گرمی نہ چکھائیو۔

(مرسلہ: محمد علی۔ لاہور)

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

شدید زکام

عمر 14 سال شدید نزلہ رہتا ہے، گرمی میں بھی، سردی میں بھی، پانی میں ہاتھ ڈالتے ہی چھینکیں آنے لگتی ہیں۔ ازراہ کرم کوئی علاج تجویز کیجئے۔ (عمران ظفر۔۔۔لاہور)

جواب: آپ تو اچھے خاصے چھوئی موئی ہوگئے۔ پانی میں ہاتھ ڈالا کہ چھینکیں جاری ہوگئیں! اسے نزاکت کہتے ہیں۔ ایک ملکہ تھی، دس سال تک پانی کو ہاتھ نہیں لگایا تھا۔ شاید ان کو بھی چھینکیں آتی ہوں گی۔ خیر وہ تو ملکہ تھیں، آپ تو عمران ہیں۔ یہ نام بہادروں کا رہا ہے اور ظفر تو فتح کا عنوان ہے۔ اپنے نام کی لاج رکھنی چاہیے۔ آپ سب سے پہلے یہ کام کریں کہ نیم کے تازہ پتے لیں کوئی ۲۔۳ تولے یعنی ۳۰۔۴۰ پتے، دن کو دو گلاس پانی میں جوش دیں، چھانیں۔ ذرا سا نمک ملا لیں پھر اس پانی میں سے روزانہ اپنی ناک میں پانی کے چھینٹے ماریں۔ اس سے زکام رفع ہو جائے گا اور غذاؤں کے چارٹ سے غذا نمبر 2 کو ضرور استعمال کریں۔

حمل اور سفر

میں تین بچوں کی ماں ہوں بچے نارمل انداز میں تولد ہوئے۔ مجھے اب سفر درپیش ہے، لیکن میرے شوہر اور ساس چھٹے اور ساتویں مہینے میں میرے سفر کی مخالفت کر رہے ہیں۔ میری رفتار قلب اور بلڈ پریشر کچھ کم ہے (سعدیہ رفیق۔ لالہ موسیٰ)

جواب: اگر ماں کی صحت ٹھیک ہو اور حمل میں بھی کسی قسم کی کوئی خرابی مثلاً جریان خون کی شکایت نہ ہو، سفر کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ ویسے آج کل سفر انتہائی آرام دہ اور تیز رفتار ہیں۔ اس سے بچے کو کسی نقصان کا احتمال نہیں ہوتا۔ تاہم یہ ضروری ہے کہ آپ دوران سفر بھاری سامان اٹھانے سے بچیں۔ ویسے یہ بات یاد رکھیے کہ حمل کے چوتھے، پانچویں اور چھٹے مہینے میں سفر زیادہ محفوظ رہتا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 6 کو استعمال کریں یہ آپ کے لیے ضروری ہیں۔

بلغم کیا ہے؟

بلغم کیا ہے؟ یہ کیوں اور کن چیزوں سے بنتا ہے؟ کیا اس کا بننا ضروری ہے؟ اس کی افزائش کو کس طرح کم یا ختم کیا جا سکتا ہے؟ (نعیم احمد، حیدرآباد)

جواب:۔ بلغم جیسا کہ عام طور پر ناک، منہ پھیپھڑوں سے خارج ہوتا ہے وہ دراصل اندر کی جھلی (غشائے مخاطی) کی رطوبت ہے اور قدرتی طور پر پیدا ہوتی ہے اور پھر خارج ہوتی رہتی ہے۔ اگر ناک کی جھلی میں ورم آجائے تو یہ رطوبت زیادہ آنے لگتی ہے۔ اس کی افزائش کو روکنے کا طریقہ صفائی ہے۔ دن میں پانچ مرتبہ وضو کے وقت تین تین بار ناک کو دھونا صفائی ہے۔ اس صفائی سے جھلی تندرست رہتی ہے۔

باریک بال

عمر ۲۰ سال، سر کے بال بہت باریک ہیں۔ لمبے تو ہیں، مگر گھنے نہیں ہیں۔ جب کنگھی کرتی ہوں تو بے تحاشا بال جھڑتے ہیں۔ اس کے علاوہ سر میں خشکی بھی ہوگئی ہے۔ ازراہ کرم کوئی علاج بتائیں۔ (ث۔الف، بہاولپور)

جواب: آپ کے سر میں بفا ہے یعنی خشکی (ڈینڈرف) آگئی ہے۔ اس کے لیے پہلی بات تو یہ ہے کہ اچھے صابن سے سر کو روزانہ صاف کرنا چاہیے۔ چند دن رات کو صافی پی لینی چاہیے۔ سر میں لگانے کے لیے طب نبوی ہیئر آئل کو استعمال کریں، ہفتے دس دن میں خشکی دور ہو جاتی ہے اور بال گرنے بند ہو جاتے ہیں اور غذا نمبر 5,6 کو ضرور استعمال کریں۔

مطالعے کے اصول

حکیم صاحب! مطالعے کے لیے کن باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے؟ (محسن جمیل۔۔فیصل آباد)

جواب: مطالعے کے وقت روشنی بائیں جانب سے آئے تو اچھا ہے۔ انگریزی ہو یا اردو۔ ایک نکتہ یہ ہے کہ مطالعے کے وقت روشنی کافی ہونی چاہیے۔ مدھم روشنی سے آنکھوں پر زور پڑتا ہے۔ مطالعے کے وقت کتاب کافی دور ہونی چاہیے۔ کتاب پر جھک کر پڑھنا یا لکھنا صحیح نہیں ہے۔ اور ہاں ایک خاص بات یہ ہے کہ مطالعہ دل سے کرنا چاہیے، توجہ سے کرنا چاہیے، دلچسپی سے کرنا چاہیے، کتاب تو علم دیتی ہے۔ اس سے زیادہ دلچسپ چیز بھلا اور کیا ہو سکتی ہے! اور چارٹ سے غذا نمبر 5,6 کو بھی استعمال کریں ان شاء اللہ آپ کو فائدہ ہوگا

فشار خون

میری والدہ کا بلڈ پریشر بہت بڑھا ہوا ہے۔ ان کا معالج ہر مرتبہ ان کے نسخے میں تبدیلی کرتا ہے، لیکن گزشتہ دو سال سے ان کا مکمل معائنہ نہیں کرایا گیا ہے۔ کوئی کارگر نسخہ بتائیے۔ (زینب خان۔ پشاور)

جواب: پہلی بات تو یہ ہے کہ موجودہ صورت میں ان کا بلڈ پریشر اور زیادہ بڑھ سکتا ہے اور چوں کہ یہ آپ کی والدہ کا معاملہ ہے۔ دوسری بات یہ ہے کہ جو دوائیں آپ کی والدہ کو دی جا رہی ہیں وہ مؤثر ثابت نہیں ہو رہی ہیں، لہذا بہت ضروری ہے کہ ان کا طبی معائنہ کرایا جائے، کیوں کہ معالج کو اس وقت تک صحیح صورت معلوم نہیں ہو سکے گی جب تک طبی معائنہ نہ ہو جائے۔ میرے خیال میں بلڈ پریشر کے مریضوں کا طبی معائنہ سال میں ایک یا دو مرتبہ کرانا چاہیے۔ اپنے معالج سے اس سلسلے میں دریافت کر لیں۔ اگر وہ معائنہ کرانے کے سلسلے میں عدم دلچسپی کا اظہار کریں تو آپ معالج تبدیل کرنے پر غور کریں۔

پاؤں میں گھٹے

میرے والد کی عمر ۴۵ سال ہے، ان کے پاؤں کی انگلیوں میں گھٹے ہیں جس کی وجہ سے چلنے میں کافی تکلیف ہوتی ہے۔ برائے مہربانی مجھے اپنے قیمتی مشورے سے نوازیے۔

جواب: یقیناً یہ ایک تکلیف دہ صورت ہے۔ ان گھٹوں پر نمک کے گرم پانی کی ٹکور کے بعد مرہم سکونی لگاتے رہنے

سے تکلیف کم ہو جائے گی۔ ایک صورت جراحت کی بھی ہے کہ ان گھٹوں کو سرجری سے نکلوا دیں اور پھر اس جگہ مسلسل مرہم لگاتے رہیں تا کہ وہاں دوبارہ جماؤ نہ ہو سکے۔

معدے کی تیزابیت

عمر ۲۳ برس، انجینئرنگ یونیورسٹی کا طالب علم ہوں۔ کوئی بھی غذا کھاتا ہوں تو معدے میں تیزابیت بڑھ جاتی ہے اور غذا کی نالی سے واپس ہو کر حلق تک آ جاتی ہے۔ میں اس کا بہت علاج کرا چکا ہوں، لیکن بے سود۔ (ابرار حسین۔ پنڈی)

جواب: آپ کو نہایت درجہ احتیاط کرنی چاہیے۔ غالباً آپ کے معدے میں تیزابیت نے زخم ڈال دیا ہے۔ ہر قسم کی مرچ ایک ماہ کے لیے بالکل ترک کر دیجئے۔ دوا کے طور پر ماہنامہ عبقری کے دفتر سے ہاضم خاص منگوا کر استعمال کریں اوپر استعمال کا طریقہ لکھا ہوا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ چارٹ سے غذا نمبر 4,5 استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

مثانے کی کمزوری

عمر ۲۰ سال، استنجے کے بعد پیشاب کے قطرے گرتے ہیں جس کی وجہ سے نماز وغیرہ عبادات سے قاصر ہوں۔ ذہنی الجھن بھی بہت ہوتی ہے۔ از راہ کرم اس سلسلے میں میری کچھ مدد فرمائیے۔ (ناصر شاہ۔ حافظ آباد)

جواب: بعض اوقات اپنی غلط کاریوں کی وجہ سے مثانے کے منہ پر عضلہ ڈھیلا ہو جاتا ہے اور وہ پیشاب کو بلا ارادہ خارج کر دیتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں کہ آپ کا مثانہ کمزور ہوا ہے۔ جوارش زرعونی عنبری لے لیجئے۔ ۶ گرام صبح ۶ گرام رات کو کھائیے۔ پندرہ سے بیس دن میں عضلہ مثانہ کی کمزوری دور ہو جائے گی چارٹ سے غذا نمبر 5,6 کو ضرور استعمال کریں۔

کمر میں درد

عمر ۲۵ سال، چند ماہ پہلے شادی ہوئی ہے۔ فراغت کے بعد میری کمر میں درد شروع ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے پریشانی اور شرمندگی ہوتی ہے۔ خدارا! میرے اس مسئلے کا کوئی شافی حل تجویز فرمائیں۔ (ر، ع، کراچی)

جواب: آپ کو چاہیے کہ مغز پنبہ دانہ (بنولہ) سے فائدہ اٹھائیں، نہایت اچھی دوا ہے۔ ۹ گرام بنولہ کے بیج ذرا کوٹ کر رات کھولتے گرم پانی میں بھگو دیں۔ ہلا کر رکھ دیں۔ صبح نتھار کر اوپر کا پانی لے لیں۔ اس میں ایک چمچ شہد ملا کر نوش جان کر لیجئے۔ اس سے درد کمر رفع ہو جائے گا۔ اگر فائدہ نہ ہو رہا ہو تو شام کو جوہر شفاء مدینہ ایک چائے کے چمچ کے برابر گلاس نیم گرم پانی میں ملا کر ہفتہ دو ہفتہ پی لیں۔ آرام آ جائے گا۔ زندگی میں اعتدال کو پوری اہمیت دینی چاہیے اور چارٹ سے غذا نمبر 2,3 ضرور استعمال کریں۔

نہایت توجہ طلب: جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ (شکریہ)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

تکلیفوں کو دیکھ کر جی چھوڑ بیٹھنا کم دلوں کا شیوہ ہے۔ زندگی میں کامیاب ہی وہ ہوسکتا ہے، جو آزمائشوں میں مسکرانا جانتا ہو۔ آپ خود کو "مظلوم" سمجھنا چھوڑ دیجیے یعنی منفی اندازِ فکر سے ذہن صاف رکھیے

احساس کمتری

میں بی اے (فائنل) کا طالب علم ہوں اور عمر قریباً بیس برس ہے۔ میری ایک آنکھ کی پتلی پیدائشی طور پر ٹیڑھی ہے یعنی میں بھینگے پن کا شکار ہوں۔ اس نقص کی وجہ سے مجھ پر احساس کمتری نے بری طرح غلبہ پالیا ہے۔ دوستوں سے آنکھیں چار کرنے کی جرأت نہیں...... لڑکوں کے طعنے سن کر دل برداشتہ ہو جاتا ہوں اور سوچتا ہوں خودکشی کرلوں۔ لیکن اپنے اندر اس کی بھی ہمت نہیں پاتا۔ براہِ نوازش مجھے بتائیں:
کیا یہ خرابی دور ہوسکتی ہے یا نا قابل علاج ہے۔ اگر قابلِ علاج ہے تو آپریشن کرانا ہوگا یا کوئی اور طریقہ علاج بھی ہے؟
(اے۔ ایس۔ اے۔ راولپنڈی)

جواب: آپ کی اس پریشانی کا سبب صرف آنکھ کی خرابی ہے تو تشویش کی بات نہیں۔ یہ معمولی سی تکلیف ہے اور باآسانی علاج ہوسکتا ہے۔ مزید وقت ضائع کیے بغیر امراضِ چشم کے کسی ماہر سے رجوع کیجئے۔ فرصت ہو تو لاہور آجایئے اور کسی اچھے ماہر سے مشورے کیجئے۔ یہاں بڑے بڑے قابل سرجن ہیں جو اس مرض کا خوش اسلوبی سے علاج کر سکتے ہیں۔ مگر یاد رکھیں پرائیویٹ طور پر علاج کرانے میں مصارف زیادہ خرچ ہوں گے۔

غموں کا پہاڑ

میں پانچ سال سے فوج میں بحیثیت وائرلیس آپریٹر ملازم ہوں۔ فوجی ملازمت بڑے شوق سے اختیار کی تھی۔ والد صاحب فوت ہو چکے ہیں۔ گزشتہ سال والدہ صاحبہ بینائی سے محروم ہوگئیں۔ اس مصیبت نے میری کمر توڑ دی۔ گھریلو امور پہلے والدہ صاحبہ سنبھال لیتی تھیں۔ اب انکی ذمہ داری بھی میرے کندھوں پر آن پڑی۔ فوجی ملازمت کے ساتھ گھر والوں کی خبرگیری انتہائی مشکل ہے، اس لیے میں نے فوج سے ڈسچارج ہونے کا فیصلہ کرلیا...... ہر ممکن کوشش کی کہ باعزت طور پر فوج سے سبکدوش کر دیا جاؤں۔ مگر ایک بھی درخواست منظور نہ ہوئی۔ گزشتہ سال ایک اور غم کا پہاڑ ٹوٹ پڑا۔ میرا چھوٹا بھائی اسکول سے آتے ہوئے گم ہوگیا۔ اسے تلاش کرنے کے لیے بہت بھاگ دوڑ کی۔ مگر ابھی تک کوئی سراغ نہیں ملا۔ میں سخت پریشان ہوں۔ زندگی سے جی بھر گیا ہے کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ کبھی کبھی جی میں آتا ہے خودکشی کرلوں، لیکن والدہ اور بھائی کا خیال کر کے اس ارادے سے باز رہتا ہوں (اوسی یو۔ محمد امین صدیقی۔ سرگودھا)

جواب: آپ نے جس پیشے کو اپنی مرضی سے اپنایا تھا، اس سے یوں پیچھا چھڑانا جوانمردی نہیں۔ زندگی میں مصائب و آلام سے ہر شخص کو واسطہ پڑتا ہے شاید ہی کوئی آدمی ایسا ہو جسے کوئی مصیبت درپیش نہ ہو مشکلات سے گزر کر اور طوفانوں سے ٹکرا کر ہی انسان کی زندگی چمکتی ہے۔ جواں مردوں کا قول ہے۔

مصائب سے الجھ کر مسکرانا میری فطرت ہے
مجھے ناکامیوں پر اشک برسانا نہیں آتا

تکلیفوں کو دیکھ کر جی چھوڑ بیٹھنا کمزور دلوں کا شیوہ ہے۔ زندگی میں کامیاب ہی وہ ہوسکتا ہے، جو آزمائشوں میں مسکرانا جانتا ہو۔ آپ خود کو "مظلوم" سمجھنا چھوڑ دیجیے یعنی منفی اندازِ فکر سے ذہن صاف رکھیے۔ اپنے آپ کو ایسا باہمت جوان سمجھیئے جس کے آگے بڑی سے بڑی آفت بھی نہ ٹھہر سکے۔ سوچنے کا مثبت انداز اختیار کیجیے اسی میں آپ کی کامیابی کا راز مضمر ہے۔ ہر ایک کے سامنے گریہ وزاری کرنا اپنے کو ذلیل اور حقیر کرنا ہے۔ اس سے کوئی معقول نتیجہ نہیں نکلتا۔ یہ کوئی اچھی خواہش نہیں کہ لوگ آپ پر رحم کریں۔ اپنے جذبہ خودداری کو جگایئے اور دل میں باقاعدہ زندگی بسر کرنے کی ٹھان لیجیے۔ آپ کو گھر والوں کے دکھ درد میں ضرور شریک ہونا چاہیے، مگر افسروں کے سامنے آہ و زاری نہ کیجیے۔ گم شدہ بھائی کی تلاش جاری رکھیے اور خدا کے حضور گڑگڑا کر دعا کیجیے۔ اس کی نظر کرم ہوگئی تو تمام مشکلیں حل ہو جائیں گی۔

انگریزی بول چال میں مہارت

میں ایک کالج میں زیر تعلیم ہوں۔ عمر قریباً اٹھارہ سال ہے۔ بچپن سے احساسِ کمتری کا مریض ہوں۔ اسکول کے زمانے میں ماسٹر صاحب بارہا کہتے۔ اگر کوئی بات سمجھ میں نہیں آئی تو پوچھ لو۔ دوسرے لڑکے بلا جھجک سوال پوچھتے، مگر مجھے کبھی حوصلہ نہ ہوتا۔ اب کالج میں بھی وہی کیفیت ہے۔ پروفیسر صاحب حوصلہ افزائی بھی کرتے ہیں کہ کلاس میں سوال کیا کرو مگر میں اپنے اندر اتنی ہمت نہیں کر پاتا۔ دوسرے ساتھی بڑھ چڑھ کر سوال و جواب کرتے ہیں، میں خاموش بیٹھا رہتا ہوں۔ پروفیسر صاحب کوئی سوال پوچھیں تو عجیب کیفیت ہو جاتی ہے، دل دھڑکنے لگتا ہے، کپکپی طاری ہو جاتی ہے اور زبان ساتھ نہیں دیتی۔ جواب آتا بھی ہو تو بیان نہیں کرسکتا۔ انگریزی میں کمزور ہوں۔ محنت بھی کرتا ہوں مگر کمزوری دور نہیں ہوتی۔ اس کے علاوہ طبیعت بڑی حساس ہے۔ معمولی سی بات کو بھی بہت اہمیت دیتا ہوں۔ حساس ہونا اچھی عادت ہے یا بری؟ احساسِ کمتری سے بچنے اور انگریزی میں کمزوری دور کرنے کی ترکیب بتایئے۔ میں آپ کا ممنون ہوگا۔
(محمد اسلم کھوکھر۔ شرقپور)

جواب: کسی پروفیسر کو اعتماد میں لیجیے۔ لیکچر کے دوران میں جو بات سمجھ میں نہ آئے اس کو بلا جھجک پوچھیں۔ اسی طرح باری باری دوسرے اساتذہ سے بھی علیحدگی میں ملے۔ ہر کالج میں "ٹیوٹوریل" اور گائڈز کے اوقات مقرر ہوتے ہیں۔ ان کا مقصد یہی ہوتا ہے کہ جو طلبا کلاس میں سوال پوچھنے سے گھبراتے ہیں۔ ان کی حوصلہ افزائی کی جائے، چونکہ ان اوقات میں طلبہ کی تعداد برائے نام ہوتی ہے۔ اس لیے آپ کو سوالات پوچھنے اور (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر دیکھیں)

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں، کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

پُرکشش آنکھیں اُور سُستی کاہلی دور

نماز میں قیام کرنا گھٹنوں، ٹخنوں اور پیروں سے اوپر پنڈلیوں، پنجوں اور ہاتھ کے جوڑوں کو قوی کرتا ہے، جوڑوں کے درد کو ختم کرتا ہے لیکن شرط یہ ہے کہ جسم سیدھا رہے اور ٹانگوں میں خم واقع نہ ہو

سائنس نے اسلام کو کیسے مانا؟

نماز ہائی بلڈ پریشر کا علاج:

نماز قائم کرنے کیلئے ہم سب سے پہلے وضو کا اہتمام کرتے ہیں۔ وضو کے دوران جب ہم اپنا چہرہ اور کہنیوں تک ہاتھ دھوتے ہیں، پاؤں دھوتے ہیں اور سر کا مسح کرتے ہیں تو ہمارے اندر دوڑنے والے خون کو ایک نئی زندگی ملتی ہے، جس سے ہمیں سکون ملتا ہے۔ اس تسکین سے ہمارا سارا اعصابی نظام متاثر رہتا ہے۔ پرسکون اعصاب سے دماغ کو آرام ملتا ہے۔ اعضائے رئیسہ، سر، پھیپھڑے، دل اور جگر وغیرہ کی کارکردگی بحال ہوتی ہے۔ ہائی بلڈ پریشر کم ہو کر نارمل ہو جاتا ہے، چہرے پر رونق اور ہاتھوں میں رعنائی اور خوبصورتی آجاتی ہے۔ وضو کرنے سے اعصاب کا ڈھیلا پن ختم ہو جاتا ہے، آنکھیں پرکشش ہو جاتی ہیں، سستی کاہلی دور ہو جاتی ہے۔ آپ بھی تجربہ کر سکتے ہیں کہ ہائی بلڈ پریشر کے مریض کو وضو کرائیں تو بلڈ پریشر کم ہو جائے گا۔

گنٹھیا کا علاج قیام کے ذریعے:

گنٹھیا یا جوڑوں کے دردوں کا علاج نماز میں ممکن ہے۔ جب ہم وضو کرنے کے بعد نماز کیلئے کھڑے ہوتے ہیں تو پہلے ہمارا جسم ڈھیلا ہوتا ہے لیکن جب نماز کی نیت کیلئے ہاتھ اٹھاتے ہیں تو قدرتی طور پر جسم میں تناؤ پیدا ہو جاتا ہے۔ اس حالت میں آدمی کے اوپر سے سفلی جذبات کا زور ٹوٹ جاتا ہے۔ سیدھے کھڑے ہونے سے ام الدماغ سے روشنیاں چل کر ریڑھ کی ہڈی سے ہوتی ہوئی پورے اعصاب میں پھیل جاتی ہیں۔ یہ بات سب جانتے ہیں کہ جسمانی صحت کیلئے ریڑھ کی ہڈی کو ایک ممتاز مقام حاصل ہے اور عمدہ صحت کا دارومدار ریڑھ کی ہڈی کی لچک پر ہے۔ نماز میں قیام کرنا گھٹنوں، ٹخنوں اور پیروں سے اوپر پنڈلیوں، پنجوں اور ہاتھ کے جوڑوں کو قوی کرتا ہے، گنٹھیا کے درد کو ختم کرتا ہے لیکن شرط یہ ہے کہ جسم سیدھا رہے اور ٹانگوں میں خم واقع نہ ہو۔

رکوع سے جگر کے امراض کا خاتمہ:

جھک کر رکوع میں دونوں ہاتھ اس طرح گھٹنوں پر رکھے جائیں کہ کمر بالکل سیدھی رہے اور گھٹنے جھکے ہوئے نہ ہوں اس عمل سے معدے کو قوت پہنچتی ہے۔ نظام انہضام درست ہوتا ہے، قبض دور ہوتی ہے، معدے کی دوسری خرابیاں نیز آنتوں اور پیٹ کے عضلات کا ڈھیلا پن ختم ہو جاتا ہے۔ رکوع جگر اور گردوں کے افعال میں درستگی پیدا کرتا ہے۔ اس عمل سے کمر اور پیٹ کی چربی کم ہو جاتی ہے، خون کا دورانیہ تیز ہو جاتا ہے۔ چونکہ دل اور سر ایک سیدھ میں ہو جاتے ہیں اس لیے دل کے لئے خون کو سر کی طرف پمپ کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ اسطرح دل کا کام کم ہو جاتا ہے اور اسے آرام ملتا ہے جس سے دماغی صلاحیتیں اجاگر ہونے لگتی ہیں۔ دوران رکوع چونکہ ہاتھ نیچے کی طرف جاتے ہیں اسلئے کندھوں سے لے کر ہاتھ کی انگلیوں تک پورے حصے کی ورزش ہو جاتی ہے۔ اس سے بازو کے پٹھے (Muscles) طاقتور ہو جاتے ہیں اور جو فاسد مادے بڑھاپے کی وجہ سے جوڑوں میں جمع ہو جاتے ہیں وہ از خود خارج ہو جاتے ہیں۔

پیٹ کم کرنے کیلئے:

رکوع کے بعد سیدھے کھڑے ہو کر ہم سجدے میں جاتے ہیں۔ سجدے میں جانے سے پہلے ہاتھ زمین پر رکھے جاتے ہیں (خاص طور پر خواتین کیلئے) یہ عمل ریڑھ کی ہڈی کو مضبوط اور لچکدار بناتا ہے اور خواتین کے اندرونی اعصاب کو تقویت بخشتا ہے۔ اگر رکوع کے بعد سجدے میں جانے کی حالت میں جلدی نہ کی جائے تو یہ اندرونی جسمانی اعضاء کیلئے نعمت غیر مترقبہ ورزش ثابت ہوتی ہے۔ سجدہ کی حالت ایک ورزش ہے جو رانوں کے زائد گوشت کو گھٹاتی ہے اور جوڑوں کو کھولتی ہے۔ اگر کولہوں کے جوڑوں میں خشکی آجائے یا چکنائی کم ہو جائے تو اس عمل سے یہ کمی پوری ہو جاتی ہے اور بڑھا ہوا پیٹ کم ہو جاتا ہے۔ متناسب پیٹ سے جسم سڈول اور خوبصورت لگتا ہے۔



اسلام اور رواداری



پیغمبرؐ اسلام کے صحابہؓ کرام کا غیر مسلموں سے حسنِ سلوک

قسط نمبر 16

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

عیسائیوں اور یہودیوں کے متعلق رواداری پر مبنی جو رویہ مسلمانوں کا رہا ہے، اس کے متعلق تین واقعات خاص طور پر قابل ذکر ہیں، آنحضرت ﷺ کا مدینے کے یہود سے معاہدہ کرنا۔ نجران کے عیسائیوں کو آزادی کا منشور دینا اور فلسطین کی فتح کے بعد حضرت عمرؓ کی جانب سے ایلیاء کے باشندوں کو آزادی کا منشور پیش کرنا۔ اسی طرح آذربائیجان، جرجان اور مدائن کے شہریوں کو جو امان نامے حضرت عمرؓ نے دیئے، وہ بھی ایسے ہی تھے۔ ان معاہدوں کی بنیادی شقیں یہ تھیں۔

ذمیوں کی جان و مال مسلمانوں کی طرح ہے ☆ مذہبی اعتبار سے بھی انہیں بالکل امان حاصل ہے ☆ انکا مذہب بدلا جائے گا اور نہ ہی ان کے مذہبی امور میں دست درازی کی جائے گی ☆ ان کے گرجاؤں میں سکونت اختیار کی جائے گی اور نہ ہی انہیں ڈھایا جائے گا اور نہ ان کے صلیبوں اور مال میں کچھ کمی کی جائے گی، اگر یہ لوگ برابر جزیہ دیتے رہیں۔ تاہم اس میں مذہبی قوانین کی حفاظت اور ان کے مطابق زندگی بسر کرنے اور ان کے مقدمات کے فیصلہ کرنے کی آزادی بھی شامل تھی۔

حضرت عمرؓ نے حضرت ابوعبیدہؓ کو شام کی فتح کے بعد جو فرمان لکھا، اس میں یہ الفاظ تحریر تھے۔ ''مسلمانوں کو ذمیوں پر ظلم کرنے اور انہیں نقصان پہنچانے سے باز رکھنا اور ان کے مال و جائیداد کی حفاظت کرنا اور تمام شرائط کو پورا کرنا۔ حضرت عمرؓ نے بنیادی حقوق کے حوالے سے مسلمان اور غیر مسلم کے درمیان کوئی امتیاز نہیں رکھا تھا۔ غیر مسلموں کو جان و مال اور جائیداد سے متعلق جو حقوق حضرت عمرؓ نے دیے، اس پر پوری طرح عمل بھی کروایا۔ چنانچہ شام کے ایک عیسائی کاشت کار نے شکایت کی کہ مسلمانوں کی فوج نے اس کی کھیتی کو پامال کر دیا۔ حضرت عمرؓ نے فی الفور اسے دس ہزار درہم معاوضہ دلوایا اور متعلقہ حکام کو تاکیدی فرمان جاری کیا کہ غیر مسلموں پر کسی طرح کی زیادتی نہ ہونے پائے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

بیماریوں اور لاعلاج روگوں کے لیے تیر بہدف ٹوٹکے

گھر بنانے، گھر سجانے، گھر سنوارنے اور گھر بھر کی صحت کے لیے ضرور یہ ٹوٹکے استعمال کریں

بالچر: بالچر کی بیماری کے لیے ایک بزرگ کا بتایا ہوا نسخہ خالص سرسوں کا تیل ایک پاؤ لیکر اسے اسٹین لیس سٹیل کے برتن میں ڈال کر پکائیں۔ جب دھواں اٹھنے لگے تو اس میں تین عدد جونکیں ڈال دیں۔ جل کر سیاہ ہو جائیں تو آگ بند کر دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر اچھی طرح ہاتھ سے جونکوں کو ملیں اور تیل میں رہنے دیں سر پر متاثرہ حصوں پر لگائیں دن میں دو یا تین مرتبہ۔ آزمودہ ہے۔

خونی بواسیر: خونی بواسیر کے لیے ثابت ہلدی لیکر کونڈی ڈنڈے سے موٹا موٹا پیس لیں۔ صبح نہار منہ ایک چٹکی تازہ پانی کے ساتھ کھائیں۔ آدھ گھنٹے کے بعد ناشتہ کریں۔ 7 دن میں تکلیف رفع ہو جائے گی۔ آزمودہ ہے۔

بینائی کے لیے: غسل کرنے سے پہلے پاؤں کے انگوٹھوں پر سرسوں کا تیل ملیں، کبھی نظر کمزور نہیں ہوگی۔ عمر چاہے سو سال سے تجاوز کر جائے۔

امراض جگر کے لیے: کوئی بھی جگر کا مسئلہ ہو تو رات کو مولی چھیل کر شبنم میں رکھ دیں صبح نہار منہ یہ مولی کھائیں۔ 3 ہفتے بعد آپ کسی بھی ڈاکٹر سے معائنہ کروائیں۔ جگر کے سبھی امراض سے نجات پا چکے ہوں گے۔

اندرونی چوٹ کے لیے: اگر سخت اور پرانی اندرونی چوٹ ہے تو جوت بجی، آماہلدی، سمندری پھین، میدہ، کتھہ سب چیزیں ایک ایک تولہ لیں باریک پیس لیں۔ ذرا سے پانی میں ڈال کر ابالیں۔ گاڑھا ہو جائے تو اتار کر قابل برداشت اس چوٹ والی جگہ پر لیپ کر دیں اور سرسوں کا تیل لگائیں۔ انڈولے کے پتے اوپر رکھ کر روئی باندھ دیں۔ ایک رات کو لیپ کریں تو دوسرا لیپ دوسری رات کو کریں۔ 3 مرتبہ کرنے سے سخت ترین اور پرانی چوٹوں کے کرب کا نشان بھی باقی نہیں رہتا۔

دمہ اور کھانسی کے لیے: ایک پاؤ برگ اڑوسہ، ڈیڑھ لیٹر پانی میں اتنا پکائیں کہ پانی ایک پاؤ رہ جائے پھر کپڑے سے چھان لیں۔ پرانا گڑ 2 تولہ ڈال کر اس قدر پکائیں کہ گاڑھے قوام کی شکل اختیار کرے۔ تھوڑا ٹھنڈا ہونے پر چنے کے سائز کی گولیاں بنائیں۔ بوقت ضرورت دو گولیاں منہ میں رکھ کر چوسیں۔ بہت مفید ہے۔ گولیاں چبانی نہیں ہیں۔

برص کے لیے: ہالون اور کلونجی ہم وزن لیکر توے پر جلا لیں پھر پیس کر سرکے میں ملا کر مرہم سا بنا لیں۔ کچھ دنوں تک لگائیں افاقہ ہوگا۔ اسکے ساتھ ساتھ ہالون اور کلونجی کا سفوف شہد + پانی کے ساتھ 1/2 چائے کا چمچ لیتے رہیں۔

جوڑوں کا درد: ایک کلو اُڑد کی دال چار لیٹر پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ صبح اس پانی کو ابلنے دیں۔ جب پانی ایک چوتھائی رہ جائے تو اتار کر چھان لیں۔ اب اس میں آدھا لیٹر تل کا تیل اور 125 گرام نمک ڈال کر اتنا پکائیں کہ پانی سوکھ جائے صرف تیل رہ جائے ٹھنڈا ہونے پر بوتل میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ یہ تیل گھٹنوں، کندھے اور جوڑوں کے درد میں بہت مفید ہے۔

دانتوں کے لیے منجن: برگد کی چھال، کالی مرچیں اور کتھہ برابر مقدار میں الگ الگ پیسیں اور ملا کر رکھ لیں۔ رات کو سونے سے پہلے دانتوں پر ملیں دانتوں کی چمک اور مضبوطی کے لیے بہترین منجن ہے۔

چہرے کے ناپسندیدہ بالوں کے لیے: قسط شیریں، کوئلے کی سفید راکھ، پھٹکری تینوں چیزیں 10-10 گرام لیں۔ پیس کر ایک کپ میدے میں ملا کر رکھ لیں۔ تھریڈنگ کے بعد حسب ضرورت لیکر عرق گلاب ڈالکر پیسٹ بنائیں اور بالوں کی جگہ پر لگائیں۔ دس پندرہ منٹ بعد دھو لیں۔ ایک ماہ مسلسل کرنے سے بال نہیں آئیں گے۔ اگر آئیں تو انکی تعداد کم ہوگی۔

بچوں کا سوکھا پن: آلو باریک کاٹ کر سائے میں سکھائیں۔ ہلکی آنچ پر بھون لیں پھر پیس کر رکھ لیں۔ یہ سفوف بچوں کو کھلائیں (3 سے 8 ماہ تک کے بچوں کے لیے) اگر بچہ کھانا شروع کر دے تو پھر انہیں سفوف دینے کی ضرورت نہیں بلکہ آلو ہی کھلانا چاہیے۔ یہ خیال رہے کہ دھوپ میں پڑے ہوئے، شاخیں نکلے آلو اور چھوٹے چھوٹے آلو استعمال نہ کریں۔

(مراسلہ: رفعت خانم۔ فیصل آباد)

شک نہ کریں

ہر وقت اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے ذیل کی آیت کا ورد جاری رکھا جائے تو انسان اپنے رزق سے بے نیاز ہو جاتا ہے

فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللّٰهُ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ o

(سورۃ توبہ کی آیت نمبر 129) ایک ایسی نعمت ہے جس کا کوئی حد و حساب نہیں۔ توجہ یا غیر توجہ کے ساتھ جس طرح جی چاہے پڑھے۔ ساتویں دن سے اس کا اثر ہونا ظاہر ہو جاتا ہے۔ جتنی مرتبہ پڑھا جا سکے پڑھو اور ہمیشہ پڑھتے رہو۔ پھر قدرت خدا کا تماشہ دیکھو۔ دین و دنیا کے کام کس طرح سدھرتے چلے جاتے ہیں۔ دوسرے اعمال میں یکسوئی قلب اور پوری توجہ کی ضرورت ہے لیکن یہ آیت شریف ان سب باتوں سے بے نیاز ہے۔ کسی طرح پڑھو، اثر ضرور ظاہر ہوگا۔ بلکہ اگر ہر وقت اٹھتے بیٹھتے، چلتے، پھرتے اس کا ورد رکھا جائے تو انسان بے نیاز ہو جاتا ہے۔ مجرب المجرب ہے اور شک کرنے سے اس کا اثر ضائع ہونے کا خطرہ ہے۔ اس آیت شریف میں ایک خاص تاثیر ہے۔ کوئی چلہ نہیں، کوئی پابندی نہیں، خدا کی قسم وہ شخص بدقسمت ہے جو اس آیت شریف کے ورد سے محروم ہے۔ درمیان میں کسی کسی وقت کوئی بھی درود شریف جتنی مرتبہ دل چاہے پڑھتے رہو۔ اگر اس کے ساتھ اس کے پہلے کی (آیت نمبر 128) بھی ملا لی جائے تو مزید فوائد ظہور میں آئینگے۔ ان شاء اللہ تعالیٰ۔

لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ عَزِيْزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيْصٌ عَلَيْكُمْ بِالْمُؤْمِنِيْنَ رَؤُفٌ رَّحِيْمٌ o

☆ اگر کوئی شخص ہر روز کم از کم ایک سو مرتبہ اول و آخر چند بار درود شریف کے ساتھ **لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ** پڑھ لیا کریگا۔ وہ ہمیشہ دولت مند رہیگا۔ کبھی محتاجی کا منہ نہیں دیکھے گا۔

ایسے بے مثال باکمال وظائف اور عملیات کے لیے کالی دنیا کا لا جادو کتاب پڑھیں۔

آپ کا خواب اور تعبیر

حرام آمدنی سے اجتناب

(ارم رحمانی۔۔۔پنڈی)

خواب: میری خالہ نے خواب میں دیکھا کہ میں اپنے میکے میں ہوں ایک لڑکی دوڑتی ہوئی آتی ہے کہتی ہے تمہارے بچے مرگئے ہیں۔ بڑی بیٹی زمین پر پڑی ہے اور چھوٹی بیٹی لاپتہ ہے۔ بڑا بیٹا میرے بھائی کے پاس ہے اور چھوٹے کو نوکرانی لاکر مجھے گود میں دے دیتی ہے، وہ بھی قریب المرگ ہے۔ میں بہت پریشان ہوتی ہوں اتنے میں آواز آتی ہے کہ تجھے بی بی فاطمہؓ بلارہی ہیں۔ میں کمرے میں جاتی ہوں وہ چادر میں ڈھکی ہوتی ہیں۔ صرف چہرہ نظر آرہا ہوتا ہے باقی کمرے میں اندھیرا ہوتا ہے میرا دل اداس ہوتا ہے ان کی طرف خاص توجہ نہیں دیتی۔ مجھے کہتی ہیں درود شریف پڑھو تو تمہارے بچے بچ جائیں گے۔ پڑھو صلی اللہ علیہ وسلم۔ میں صبح اٹھی، نماز پڑھی اور درود شریف پڑھا۔

تعبیر: آپ کے خواب کی ایک تعبیر تو وہ ہی ممکن ہے جو آپ نے دیکھ لی کیونکہ وہ رشتے بھی اولاد کے ہوتے ہیں۔ البتہ دوسری صورت یہ ہے کہ خود آپ کے بچوں کو کوئی نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ لوگ غالباً بچوں کی پرورش حرام آمدنی سے کررہے ہیں۔ اس سے سخت اجتناب کی ضرورت ہے اور رزق حلال کا سخت اہتمام کریں۔ ان شاء اللہ ہر طرح کی بلاؤں سے حفاظت رہے گی۔ خصوصاً درود شریف کی تین تسبیح کی پابندی کریں بلکہ حضرت لدھیانوی صاحب کی مرتب کردہ کتاب ''ذریعہ الوصول الی جناب الرسول صلی اللہ علیہ وسلم'' کی ایک منزل درود شریف پڑھکر عافیت کی دعا کرلیا کریں۔ واللہ اعلم

بیٹے کی پیدائش

(محمد اسرار خان۔۔۔پشاور)

خواب: ایک خوبصورت عورت کو دیکھتا ہوں اس کے ساتھ اس کا شوہر بھی ہوتا ہے۔ غالباً کار میں آتے ہیں اسکے پاس ڈیڑھ دوسال کا ایک بہت خوبصورت بچہ ہوتا وہ مجھ سے کچھ رقم (یاد نہیں کتنی تھی) لیکر بچہ میرے ہاتھ فروخت کردیتے ہیں۔ جس سے مجھے بے حد خوشی ہوتی ہے اور وہ لوگ چلے جاتے ہیں یعنی وہ عورت اور اس کا شوہر۔ خواب میں نظر آنیوالی عورت کی شکل اب بھی آنکھوں کے سامنے ہے۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے گھر بیٹے پیدائش ہوگی اور وہ خوب خیر و برکت والا ہوگا۔ باقی آپ کا اندیشہ صحیح نہیں۔ اللہ آپ کی اہلیہ کی حفاظت فرمائے گا البتہ خواب میں یہ اشارہ ضرور ہے کہ آپ فوری کچھ مالی صدقہ دیدیں۔ تاکہ بیوی بچہ دونوں ہر طرح کی مصیبت سے محفوظ رہیں۔ بصورت دیگر پریشانی بھی آسکتی ہے۔ اللہ عافیت رکھے۔ واللہ اعلم

رشتہ اچھا نہیں

(خ۔ب۔ج۔۔۔۔۔ابوظہبی)

خواب: میں نے اپنے چھٹے استخارے کے نتیجے میں دیکھا۔ خواب کی تفصیل کچھ یوں ہے کہ فجر کی اذان ہوچکی ہے اور صبح کا نور پھیلا ہوا ہے اتنے میں میرے کانوں میں میری چھوٹی بہن کی آواز آتی ہے کہ آپ اس شادی کے متعلق کیوں سوچ رہی ؟ ایسا کیسے ہوسکتا؟ اس جملے کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کے خوابوں کے مطابق یقیناً یہ رشتہ آپ کے حق میں ہرگز اچھا نہیں بلکہ ساری زندگی کی پریشانی اور بے سکونی کا پیش خیمہ ہے۔ اس لیے آپ اس رشتہ سے سخت اجتناب کریں اور ہر طرح کا خیال دل سے نکال کر مشیت خداوندی پر راضی رہیں۔ وہ بہتر انتظام کردے گا۔ واللہ اعلم

من پسند رشتہ

(عائشہ۔۔۔لاہور)

خواب: میں نے دیکھا کہ میری شادی میرے منگیتر سے ہوگئی ہے۔ میری دولڑکیاں ہیں اور میں پھر امید سے ہوں۔ میری چھوٹی بیٹی پریشان کرتی ہے تو میں بڑی بیٹی سے کہتی ہوں کہ اس کو اس کی پھوپھو کے پاس لے جاؤ۔ اتنے میں میرا شوہر آتا ہے میں ان سے باتیں کرتی ہوں اور پھر آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: اللہ آپ کو ایسا رشتہ عطا کرے گا جو آپ کی مرضی اور من پسند کا ہوگا۔ جس سے اولاد کی دولت بھی نصیب ہوگی اور مال و اولاد میں برکت نصیب ہوگی۔ البتہ کبھی کبھار ذہنی الجھن ہوسکتی ہے۔ مگر اس سے پریشان نہ ہوں۔ واللہ اعلم۔

اسباب توکل کے خلاف نہیں

(شمیم اختر۔۔۔ہارون آباد)

خواب: خواب دیکھا کہ میں کہیں جارہی ہوں میرے پاؤں میں دوکانٹے چبھ جاتے ہیں۔ کانٹے اتنے لمبے ہیں کہ وہ پاؤں کی دوسری جانب سے باہر آرہے ہیں میری بہن جو کراچی میں رہتی ہیں، آتی ہیں ایک کانٹا نکال دیتی ہیں۔ مگر جب وہ دوسرا نکالنے لگتی ہیں تو تکلیف بہت ہوتی ہے۔ میں انہیں منع کردیتی ہوں لہذا وہ کانٹا اوپر سے کاٹ دیتی ہیں باقی کانٹا اندر رہ جاتا ہے۔

تعبیر: اگر آپ غیر شادی شدہ ہیں تو آپ کے دو رشتے آئیں گے، دونوں شخص برے اخلاق کے مالک، بدکردار ہوں گے۔ ان میں سے ایک کو صاف انکار کردیا جائے گا جس کی وجہ آپ کی بہن بھی بن سکتی ہے اور دوسرے رشتہ سے بھی آپ کی بہن تقریباً انکار کردے گی مگر وہ آپ کو کچھ نقصان پہنچانے کی کوشش کرے گا اور ایک حدتک کامیاب بھی ہوجائے گا اس لیے اس سلسلہ میں سوچ سمجھ کر فیصلہ کیجئے گا۔ البتہ یہ بھی اشارہ ہے کہ آپ خالق و مالک سے زیادہ مخلوق پر اعتماد کرنے کی عادی ہیں اور ظاہری اسباب کو اصل سمجھتی ہیں جبکہ حقیقت کچھ اور ہے۔ جس پر ہر مسلمان کا ایمان ہے کہ ظاہری اسباب کا نقشہ محض دنیاوی تصور ہے ورنہ درحقیقت کارفرمائی رب کائنات کی ہوتی ہے اور یہ رب کائنات کی سنت ہے کہ اپنی قدرت کا مظاہرہ ظاہری اسباب پر کرتے ہیں۔ اسی لیے ہمیں اسباب اختیار کرنے کا حکم ہے لیکن ان کو اصل سمجھنا غلط ہے اور آپ اس غلطی کی شعار ہیں۔ اس سے توبہ کریں اور اپنے تصور کو درست کریں کہ اصل کارفرمائی اللہ تعالیٰ کی ہے اور اسباب اختیار کرکے اللہ پر نگاہ رکھنا بندگی کا تقاضہ ہے نیز اسی کو توکل کہتے ہیں۔ نہ یہ کہ اسباب کو ترک کردینا توکل ہے۔ واللہ اعلم۔

قارئین کی قیمتی رائے

قارئین اپنی قیمتی آراء ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں۔ Ubqari@hotmail.com

نکسیر روکنے کے لیے: نیم کے پتے یا اجوائن پیس کر سر پر رکھیے اس طرح نکسیر بند ہوجائے گی

ساس، سسر سے ناروا سلوک * اولاد کے لیے رشتے * بیٹے کی تلاش * معاشی تنگدستی اور گھریلو نا اتفاقی

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

چار سال سے بے اولاد

سوال: جناب حکیم صاحب! یہ میری دوسری شادی ہے اور میرے میاں ایک بنک میں ملازم ہیں۔ شادی کو چار سال سے زیادہ عرصہ گزر چکا ہے۔ لیکن ابھی تک اولاد نہیں ہوئی۔ سخت پریشانی ہے۔ کیونکہ مجھے ہر طرف سے عجیب وغریب نظروں اور باتوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اب تو میرے میاں کا بھی رویہ تبدیل ہو گیا ہے اور ان کی نظریں بدل چکی ہیں۔ حکیم صاحب! آخر اس میں میرا کیا قصور ہے؟ اللہ تعالیٰ کا حکم نہیں ہے ورنہ میں کیا کر سکتی ہوں۔ کئی طرح کے علاج، ٹیسٹ وغیرہ کرائے ہیں، لیکن علاج، احتیاط اور ہر تدبیر کے بعد بھی فائدہ نہیں ہوا۔ آپ میرے علاج کے سلسلے میں توجہ فرمائیں۔ کیونکہ میرا خیال ہے کہ شاید میری بہن یعنی خاوند کی پہلی بیوی نے باندھا ہوا ہے اور میں بے بس ہو چکی ہوں۔ مجھے اس کا کوئی روحانی علاج چاہئے۔ (حنا بتول، حیدرآباد)

جواب: محترمہ! اولاد ملنا یا نہ ملنا اسکا تعلق کسی علاج، انسان یا ٹونے سے ہرگز ہرگز نہیں، بلکہ صرف اللہ تعالیٰ کے حکم سے ہے۔ ہاں علاج اور تدبیر سنت سمجھ کر ضرور کی جائے۔ اس ضمن میں ایک موثر علاج یعنی روحانی تدبیر عرض ہے۔ اگر آپ محنت کریں تو بے شمار لوگوں کو فائدہ ہوا ہے اور واقعی وہ تندرست ہو گئے ہیں۔ ناف کے گرد دائرہ بنا کر اللہ تعالیٰ کا اسم صفت "یَامَتِیْنُ" 70 بار پڑھیں۔ یعنی انگلی سے ناف کے اردگرد دائرہ بھی بنائیں اور پڑھتے بھی جائیں، اس طرح صبح وشام چالیس دن کریں۔ انشاء اللہ نہایت کرم ہوگا اور بیٹا ملے گا۔

ساس، سسر سے ناروا سلوک

سوال:۔ جناب میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے دو بیٹے، پانچ بیٹیاں ہیں۔ تمام شادی شدہ ہیں۔ ہم دو میاں بیوی عمر رسیدہ ہیں لیکن صورتحال یہ ہے کہ ہم میاں بیوی کے لیے زمین کے کسی کونے میں جگہ نہیں ہے۔ اسکی وضاحت یہ ہے ہم نے سوچ سمجھ کر اور کوشش کر کے اپنی طرف سے نیک اور شریف بہوئیں لائے۔ دو بیٹے اسی گھر میں رہتے ہیں اور دو بیٹے علیحدہ۔ لیکن جب سے گھر میں بہوئیں آئی ہیں ہم میاں بیوی کا رہنا کبھی بھی پسند نہیں کیا گیا۔ قدم قدم پر ہمیں پریشان کیا گیا۔ ایک کمرہ تھا جس میں ہم بوڑھا بوڑھی رہتے تھے، وہ بھی ہم سے خالی کروالیا گیا۔ ہم برآمدے میں رہنے لگے۔ اب دن رات یہ کوشش ہے کہ ہم برآمدہ بھی چھوڑ دیں اور گھر سے نکل جائیں اور اپنی کسی بیٹی کے ہاں جا کر رہ لیں۔ ہم کیا کریں؟ ساری زندگی جس گھر کو بنایا، جس گھر میں رہے، اولاد کی پرورش کی، آج وہی بیٹے بیویوں کے نشے میں ہماری نہیں سنتے بلکہ ہمیں گھر چھوڑنے پر مجبور کر رہے ہیں اور کئی دفعہ تو بیٹوں نے کھلے الفاظ میں کہہ دیا آپ ہماری بہنوں کے ہاں جا کر رہیں۔ ہم کہاں جائیں؟ ہمارا سہارا واحد یہ گھر ہے۔ ہم عاجز لوگ کہاں جائیں؟ رو رو کر میری آنکھیں تقریباً ختم ہو گئی ہیں اپنا کھانا پینا خاوند کی پنشن کی وجہ سے خود کرتے ہیں۔ (بلقیس، خضدار)

جواب:۔ محترمہ اماں جی آپ کا خط پڑھ کر دل بھر آیا اور آنکھوں سے آنسو چھلک گئے۔ کیسی حیرت انگیز بات ہے کہ جو والدین بچوں کو پالتے ہیں اور وہی بچے جوان ہو کر بچوں والے بن گئے۔ آخر وہ والدین کو نہیں سنبھال سکتے۔ اتنی شرمناک اور عبرت انگیز داستان ہے کہ ایسا یورپ میں اور امریکہ میں تو سنا ہی تھا لیکن پاکستان میں بھی یہ حالات دیکھنے کو مل رہے ہیں۔ بہرحال آپ صبر کریں اور اس گھر کو نہ چھوڑیں۔ مندرجہ ذیل وظیفہ کثرت سے پڑھیں اور صبح وشام اول آخر درود شریف اور 3 [illegible] یَا هَادِیُ یَانَصِیْرُ پڑھیں۔ میں آپ کیلئے دعا بھی کرونگا [illegible] آپ کو دو انمول خزانے مل جائیں تو وہ آپ ضرور پڑھیں۔

اولاد کے لیے رشتے

سوال: میری شادی کو 21 سال ہو گئے ہیں۔ میرے میاں نہایت اچھے انسان ہیں وہ گھر سے دفتر اور دفتر سے گھر، اس کے علاوہ کہیں اور نہیں جاتے۔ میرے تین بیٹے اور دو بیٹیاں تمام ماشاء اللہ جوان ہیں۔ لیکن میرا سب سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ ابھی تک کسی بیٹی اور بیٹے کا کوئی رشتہ طے نہیں ہوا اور نہ ہی کوئی رشتہ ٹھہرتا ہے۔ اِدھر کوئی رشتہ آیا اُدھر بات ختم ہوئی۔ سخت پریشانی ہے۔ آخر ہم کیا کریں۔ اس پریشانی نے مجھے روگی بنا دیا ہے۔ اور روز بروز نئے روگ لگتے جا رہے ہیں۔ دل، شوگر اور نظر کی مریض بن گئی ہوں۔ سمجھ نہیں آتی آخر کیا کروں۔ براہ کرم علاج روحانی کی طرف متوجہ ہوں اور کوئی ایسا وظیفہ بتائیں جس کے پڑھنے سے تمام رشتوں کے مسائل حل ہو جائیں۔ (ام یوسف۔۔سوات)

جواب: آپ کے لئے بھی اور ایسی تمام بہنوں کے لئے یہ خصوصی پیغام ہے کہ جب بھی کوئی رشتہ کا معاملہ آئے تو آپ بکثرت دو انمول خزانے پڑھیں۔ جو ماہنامہ عبقری میں شائع ہو چکے ہیں۔ اس کی ایک خاص ترکیب عرض ہے کہ انمول خزانہ نمبر ایک 21 بار اول وآخر درود شریف، بارہ بار پڑھیں اور پھر اس کے بعد دعا کریں۔ انمول خزانہ نمبر 2 اٹھتے بیٹھتے نہایت کثرت سے پڑھیں۔ ان شاء اللہ کام بن جائے گا۔

نشے سے نجات

ہم اپنے والد صاحب کی طرف سے نہایت پریشان ہیں۔ ان کی عمر تقریباً 56 برس ہے۔ لڑکپن میں ہی ان کے والد (یعنی ہمارے دادا جان) کی وفات کے بعد بری صحبت کے نتائج یہ نکلے کہ والد صاحب نشے کی لعنت میں مبتلا ہو گئے۔ وقتاً فوقتاً علاج کروائے جبکہ ان کے اثرات کچھ ہی عرصے میں ہی زائل ہو گئے اور مسئلہ جوں کا توں رہا۔ زندگی کے اس عرصے میں قرآن نماز سے دوری، مایوسی اور نشے میں سکون واطمینان ڈھونڈنے کا ذریعہ رہا۔

اگرچہ ان تمام کمزوریوں کے باوجود ہمارے والد نے ہماری تعلیم وتربیت اور خوراک ولباس کی ضروریات سے کبھی چشم پوشی نہ کی۔ وہ بنیادی طور پر اچھے انسان ہیں۔ مگر اب تو وہ اپنا علاج بھی نہیں کراتے، کھانسی کے شدید دورے پڑتے ہیں۔ گیس اور بلغم کا عارضہ بھی ہے۔ غصہ اور چڑچڑا پن بھی

پڑوسی کو ستانے والا دوزخی ہے اگرچہ تمام رات عبادت کرے اور تمام دن روزہ دار رہے

اکثر ہوجاتا ہے۔ ہم لوگوں نے کافی سمجھایا مگر بے سود وہ کسی کی بات نہیں سنتے۔ اس صورتحال میں ہم لوگ بہت پریشان ہیں۔ آخر کیسے والد صاحب کو اس لعنت سے نجات دلائی جائے؟ پیشتر اس کے کہ والد صاحب کسی برے انجام کا شکار ہوں۔ ہماری آپ سے درخواست ہے کہ ہماری رہنمائی فرمائیں۔ کوئی وظیفہ اور علاج تجویز فرمائیں۔ نیز یہ کہ کیا ہم ان کو کسی طرح منا کر آپ کی رہائش گاہ پر لے آئیں؟ جو غالباً یونائیٹڈ بیکری والی سٹریٹ مزنگ چوک میں ہے۔ اگرچہ مایوسی کفر ہے مگر پھر بھی کبھی کبھی گھبرا کر یوں لگتا ہے کہ ہمارے والد شاید کبھی ٹھیک نہیں ہوسکیں گے مگر شاید آپ کے ذریعے سے نئی زندگی اور صحت و روحانی علاج کی کوئی کرن مل سکے۔ (عبدالجبار۔نوشہرہ)

جواب: اس سلسلے میں جسمانی علاج صرف شہد کا موم گولیاں بنا کر کھلائیں۔ ایک گولی صبح، دوپہر، شام اور رات کو پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ کیونکہ تجربات سے ثابت ہے کہ اگر شہد کا خالص موم صاف کر کے گولیاں بنا کر کھلائی جائیں تو مکمل فائدہ ہوتا ہے "یَا حَمِیْدُ" زیادہ سے زیادہ تعداد میں پڑھیں اور پھونکیں اور پانی پر دم کر کے پلائیں۔

بیٹے کی تلاش

سوال: میرا مسئلہ بہت پیچیدہ ہے اور اب تو میں مایوس ہوگیا ہوں۔ کیونکہ جتنی میں نے کوشش کی ہے شاید اتنی کسی نے نہ کی ہوگی۔ دراصل آج سے 13 سال قبل میرا لڑکا جس کی عمر آٹھ سال اور تین ماہ تھی، گھر سے سکول کیلئے نکلا۔ لیکن پھر واپس نہیں آیا۔ میرا لخت جگر بہت ہی پیارا اور عزیز تھا۔ میں نے جگہ جگہ دیوانہ وار اس کو تلاش کیا، اعلان کرائے، ایدھی والوں سے پتہ کرایا، اخبارات، رسائل میں اشتہارات دیئے، ریڈیو میں بار بار اعلان کروائے، لیکن میرا بچہ نہ ملا۔ کئی عامل حضرات کے پاس گئے۔ ایک عامل نے بتایا کہ وہ کراچی ہے اور ایک شخص کی گرفت میں ہے۔ میں نے سارا کراچی چھان مارا حتیٰ کہ جرائم کی دنیا کے لوگوں کی خدمات حاصل کیں اور انہیں ہزاروں روپے دیئے، لیکن بے سود۔ پھر کسی نے بتایا کہ بچہ کوئٹہ سے آگے چمن کی طرف ہے۔ پھر کسی نے افغانستان بتایا۔ اس کے لئے بھی میں نے کوشش کی، لیکن لاحاصل۔ آخر میں باپ ہوں اور میری بیوی پاگل ہوگئی ہے۔ راتوں کو نیند نہیں آتی، کچھ کھانا پینا اچھا نہیں لگتا، رشتہ دار اولاد اور گھر اچھا نہیں لگتا۔ میں کیا کروں؟ میری دنیا اجڑ گئی ہے۔ میری آنکھیں تاریک ہو رہی ہیں اور دل بے چین ہے۔ مجھے لگ رہا ہے کہ رو رو کر آخر میں اور میری بیوی اندھے ہوجائیں گی اور اگر میرا بیٹا مجھے مل گیا تو پھر میں اسے کیسے دیکھ سکوں گا۔ دل کیسے ٹھنڈا کرسکوں گا؟ سمجھ نہیں آتا آخر کیا کروں؟ میری راہنمائی فرمائیں۔ سخت پریشان ہوں نجانے میرا لخت جگر کس حال میں ہوگا؟ وہ کیسے اٹھتا ہوگا۔ اس کو کھانا کون دیتا ہوگا۔ میرے دل سے کوئی پوچھ کر دیکھے۔ (انعام الحق، ڈیرہ اسمٰعیل خان)

جواب: بھائی! آپ پریشان نہ ہوں ایک قرآنی عمل بتاتا ہوں، پُرخلوص طریقے سے کوشش کریں، انشاء اللہ کرم ہوگا۔ سورۃ والضحیٰ **41** دفعہ روزانہ پڑھیں اول و آخر درود شریف **11** بار پڑھیں، لیکن سورۃ پڑھنی اس طرح ہے کہ جب **"وَوَجَدَکَ ضَآلًّا"** پر پہنچیں تو بچے کا تصور کریں اور اس آیت کو سات دفعہ دہرائیں اور سات دفعہ ہی تصور کریں۔ یعنی ہر سورت میں یہ آیت 7 بار پڑھنی ہے اور پھر اسکے بعد باقی سورت مکمل کرنی ہے۔

آپ سے درخواست ہے کہ یہ عمل روزانہ **41** دفعہ پڑھیں اور **41** دن تک کریں۔ لیکن اس کے ساتھ ساتھ یہ خیال رہے کہ جسم، لباس اور بستر یا مصلیٰ پاک ہو۔ کھانا حلال ہو۔ اس ضمن میں ایک واقعہ عرض ہے کہ ایک فیملی کا یہی مسئلہ تھا۔ روز بروز علاج کے باوجود بھی مسئلہ الجھتا جارہا تھا۔ جوں جوں علاج ہوتا تھا یعنی وہ کوئی وظیفہ پڑھتے تھے اور مسئلہ بگڑتا تھا۔ آخر کار ان سے دو انمول خزانے پڑھنے کے لئے عرض کیا۔ انہوں نے اور تمام گھر والوں نے مل کر دو انمول خزانے نہایت دھیان اور توجہ سے پڑھے۔ اللہ تعالیٰ نے خزانہ غیب سے سبب نکالے اور معاملہ الحمدللہ حل ہوگیا اور آپ پر بھی کرم ہوگا۔

قارئین کرام! ان شاء اللہ تعالیٰ یہ عمل نہ صرف بچے کی گمشدگی کیلئے ہے بلکہ ہر چیز کے گم ہونے کیلئے ہے۔ میرے پاس ایک صاحب آئے ان کی کار چوری ہوگئی تھی۔ میں نے انہیں یہ عمل بتایا۔ انہوں نے توجہ اور دھیان سے عمل کیا۔ الحمد للہ ان کی گاڑی حاصل ہوچکی ہے اور وہ خوش ہیں۔

معاشی تنگدستی اور گھریلو نااتفاقی

سوال: پہلے ہمارے حالات بہتر تھے لیکن حالات نے اچانک پلٹا کھایا تو ابو کی نوکری ختم ہوگئی۔ گھر میں غربت جھلکنے لگی۔ گو بہت امیر پہلے بھی نہ تھے مگر ہم متوسط طبقے سے تعلق رکھتے ہیں۔ اس وقت گھر کا بوجھ میری بڑی بہن جس کی عمر 36 سال ہے، نے اٹھایا ہوا ہے۔ وہ سکول ٹیچر ہے۔ اس نے اس وجہ سے شادی بھی نہیں کی۔ ہم 3 بہنیں، دو بھائی ہیں۔ بڑے بھائی کا بھی معقول روزگار نہیں ہے۔ میری عمر 26 سال ہے۔ لیکن کہیں نوکری نہیں ملتی۔ کسی کا رشتہ نہیں ہوا۔ گھر میں ہر وقت فساد رہتا ہے اور کوئی بھی والدین کی عزت نہیں کرتا۔ اس کے علاوہ میں نماز پڑھنا چاہتی ہوں۔ خدا کی محبت حاصل کرنا چاہتی ہوں اور چاہتی ہوں کہ میری دعائیں قبول ہوں۔ لیکن نماز میں دل نہیں لگتا۔ دعا قبول نہیں ہوتی تو خدا پر ایمان اٹھنے لگتا ہے۔ ہمیں دو انمول خزانے پڑھنے کا طریقہ بتائیں اور روزگار کیلئے، رشتوں کیلئے کوئی وظیفہ عنایت فرمائیں اور مجھے کوئی ایسا آسان سا عمل بتائیں کہ خدا میرے گناہ معاف کرے اور میری دعائیں قبول ہوں اور وظیفے کیلئے خصوصی اجازت دیں۔ (ف۔ن: ٹیکسلا)

جواب: بہن! آپ کے تمام الجھے ہوئے مسائل دراصل آپ کے اکیلے نہیں۔ ان مسائل کے پس پردہ دراصل ہمارے اپنے اعمال ہوتے ہیں۔ آدمی بعض ایسے اعمال کر گزرتا ہے جو اسے معلوم نہیں ہوتے۔ لیکن وہ خود یا پھر اس کی نسلیں اس کا خمیازہ بھگتتی ہیں۔ بہن! استغفار کی کثرت کے ساتھ آپ دو انمول خزانے خاص ترکیب سے توجہ، خلوص اور اعتماد کے ساتھ مستقل کم از کم 90 دن پڑھیں۔ میں پُرامید ہوں اور اللہ تعالیٰ سے درس والے دن خصوصی دعا بھی کروں گا۔ اللہ تعالیٰ آپ کی مشکلات میں آسانیاں پیدا کردے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں اور محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔ نوٹ نصاب کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

دائمی جوانی اور شادمانی آپ کے قدموں میں

امریکہ کے ڈاکٹر پاس واٹر (PASSWATER) نے بتایا کہ عالمی باکسر محمد علی کے جسم میں خون کی کمی ہوگئی تھی اور ۱۹۷۶ء میں وہ اپنے عالمی اعزاز کے دفاع کے لیے جمی ینگ سے مقابلہ کرتے ہوئے ہچکچا رہا تھا

(تحریر: محترمہ باربرا کارٹ لینڈ)

میں جون ۱۹۷۸ء میں روس جانا چاہتی تھی تاکہ زار الیگزینڈر اول کے عہد کے ایک ناول کا پس منظر حاصل کرسکوں۔ اس ناول میں نپولین بونا پارٹ کا ماسکو پر حملہ بھی شامل کرنا تھا۔ لندن کے روسی سفارت خانے نے میرے لیے یہ سارے انتظامات کردیئے۔ مجھے روس، خاص طور پر لینن گراڈ بے انتہا وسیع معلوم ہوا۔ یہ بات میرے لیے بڑی حیرت ناک تھی کہ چار سو برس قبل پیٹر اعظم نے ایک ایسے شہر کا منصوبہ تیار کرلیا جس کی سڑکیں اس قدر چوڑی ہیں کہ چھ موٹر کاریں برابر برابر ان پر چل سکتی ہیں اس نے اس شہر کو اتنا خوبصورت بنایا کہ ڈیوک آف ویلنگٹن نے اسے دنیا کا سب سے زیادہ خوبصورت شہر قرار دیا۔ ڈیوک کے اس قدر متاثر ہونے کی ایک وجہ یہ ہے کہ یہاں بیشتر محل طلسمی کہانیوں کی طرح دریائے نیوا کے کنارے بنے ہوئے ہیں اور سب کے رنگ اصلی ہیں۔ ۱۹۴۱ء میں لینن گراڈ کی جنگ کے دوران میں جرمنوں کے ہاتھوں تباہ ہونے کے بعد ان عمارتوں کی جو از سر نو تعمیر کی گئی ہے وہ انتہائی حیرت ناک ہے۔ تمام نقش و نگار، تصاویر، مجسمے، حتیٰ کہ مرصع فرش تک کو اس طرح درست کیا گیا ہے کہ دیکھنے والے کو ملکہ کیتھرین کے دور کا گمان ہونے لگتا ہے۔

انگلستان سے روانہ ہونے سے قبل ہی ہم کو وٹامن بی۔۱۵ کی حیرت انگیز دریافت کے بارے میں معلوم ہوگیا تھا اور ہم نے یہ سن رکھا تھا کہ امریکہ اور روس کے سائنس دانوں کو یہ یقین ہوگیا ہے کہ انہوں نے دائمی جوانی کا راز دریافت کرلیا ہے۔ وٹامن بی۔۱۵ دراصل خوبانی کے مغز کا ست ہے۔ وٹامن بی۔۱۷ بھی اسی طریقے سے حاصل کیا جاتا ہے۔ جس کے بارے میں یہ دعویٰ کیا جاچکا ہے کہ اس سے سرطان کا مرض دور ہوجاتا ہے۔ وٹامن۔۱۷ کی وجہ سے امریکا میں بڑا ہنگامہ مچا تھا اور یہ کہا گیا تھا کہ اس کی زیادتی خطرناک ہوسکتی ہے۔ لیکن بی۔۱۵ کے بارے میں ڈاکٹر پال بک جیسے سائنس داں کی رائے ہے کہ یہ بالکل بے ضرر ہے۔

مجھے بتایا گیا کہ روس میں کھلاڑیوں کو بی۔۱۵ دیا جارہا ہے تاکہ ان کی قوت برداشت میں اضافہ ہو۔ ایک مشہور روسی پروفیسر صاحب نے تو یہاں تک کہہ دیا کہ عنقریب روس میں لوگ وٹامن بی۔۱۵ کو اس طرح سے استعمال کرنے لگیں گے کہ جیسے نمک کا استعمال کیا جاتا ہے۔ میں نے یہ ارادہ کرلیا تھا کہ میں اس نئے وٹامن کے بارے میں بذات خود معلومات حاصل کروں گی، کیوں کہ میں یہ سن چکی تھی کہ ہنزہ (پاکستان) میں سرطان کا مرض قطعی نہیں ہوتا اور اس کی وجہ یہ بتائی جاتی ہے کہ وہاں کے باشندے خوبانی کا مغز کثرت سے استعمال کرتے ہیں۔ چنانچہ جب میں لینن گراڈ میں تھی تو میں نے ان صف اول کے ماہرین سے ملنے کی کوشش کی جو وٹامن۔۱۵ کے سلسلے میں تحقیقات کررہے تھے۔ لوگ مجھے ایک تحقیقاتی مرکز میں لے گئے جہاں میری ملاقات ڈاکٹر ولاڈیلین۔ پی۔ بلجیسیف (VLADILEN P. BELJAEF) اور پروفیسر یوری گیباچوف (YURI GEEBCHAV) سے ہوئی۔ یہ دونوں حضرات وٹامن۔۱۵ کے سلسلے میں تحقیقات کررہے تھے۔ مجھے اس تحقیقاتی مرکز سے خاص طور پر دلچسپی تھی، کیوں کہ ان کی تحقیقات کا موضوع دماغ تھا اور میں بھی دماغ کو سب سے زیادہ اہمیت دیتی ہوں، حالانکہ آج کل بہت سے لوگ بیوقوفی سے خواب آور گولیاں اور مسکن ادویہ استعمال کرکے اپنے ذہنوں کو تباہ کیے جارہے ہیں۔ میں جس زمانے میں روس میں تھی تو میں نے واحد انگریزی اخبار ''دی مارننگ اسٹار'' میں پڑھا کہ برطانیہ میں ۱۹۷۷ء کے دوران میں لوگوں نے سات ہزار ملین مسکن ادویہ استعمال کرڈالیں۔ میں نے اسی اخبار میں یہ بھی پڑھا کہ ڈاکٹر صاحبان روزانہ ایک ہزار آدمیوں کو مسکن دوائیں استعمال کرنے کا مشورہ دیتے رہتے ہیں۔

ڈاکٹر بلجیسیف نے میرے اس خیال سے اتفاق کیا کہ یہ تباہ کن گولیاں دماغ کی کارکردگی کو برباد کرڈالتی ہیں۔ ڈاکٹر موصوف نے یہ بھی بتایا کہ تحقیقات کے دوران انہیں یہ پتا چلا ہے کہ جوانی کو برقرار رکھنے کے لیے دماغ کو سرگرم عمل رکھنا چاہیے۔ میں نے ان سے بی۔۱۵ کے بارے میں دریافت کیا تو انہوں نے بتایا کہ وہ اسے انجکشن کے ذریعہ سے دیتے ہیں، کیوں کہ اس طرح سے یہ جلد اثر کرتا ہے اور آسانی سے جزوِ بدن بھی ہوجاتا ہے۔ ڈاکٹر موصوف نے یہ بھی بتایا کہ جب بی۔۱۵ کو جن سنگ (GINSENG) کے ساتھ ملا کردیا جاتا ہے تو نتیجہ نہایت حیران کن ہوتا ہے۔ انہوں نے ایک نوے برس کی عورت کا تذکرہ کیا جو بغیر کسی تھکن کے دن بھر تمام کام انجام دیتی رہتی ہے۔ اس پر میں نے اپنی والدہ کے بارے میں بتایا جو ۹۵ برس کی عمر میں اپنی موٹر کار کو خود چلاتی تھیں اور جب ۹۸ برس کی عمر میں ان کا انتقال ہوا تو ان کی تمام دماغی اور جسمانی صلاحیتیں برقرار تھیں، مگر یہ اس وجہ سے تھا کہ وہ ہمیشہ وٹامن بڑی مقدار میں استعمال کرتی رہتی تھیں۔ میں جب اس تحقیقاتی مرکز سے واپس ہوئی تو مجھے جن سنگ کے بارے میں اپنی خوش اعتقادی بالکل حق بہ جانب معلوم ہوئی اور بی۔۱۵ میں مجھے مزید دلچسپی پیدا ہوگئی۔

امریکا کے ڈاکٹر پاس واٹر (PASSWATER) کا کہنا ہے کہ انہوں نے مشہور باکسر محمد علی کو بی۔۱۵ دیا تھا۔ ڈاکٹر موصوف نے بتایا کہ محمد علی کے جسم میں خون کی کمی ہوگئی تھی اور ۱۹۷۶ء میں وہ اپنے عالمی اعزاز کے دفاع کے لیے جمی ینگ سے مقابلہ کرتے ہوئے ہچکچا رہا تھا۔ بی۔۱۵ کے استعمال کے بعد محمد علی کے جسم میں خون کی کمی دور ہوگئی۔ ڈاکٹر موصوف کہتے ہیں کہ اس وٹامن کی بدولت محمد علی کو بعد میں رچرڈ ڈن (RICHARD DUNN) اور کن نارٹن (KEN NORTON) کے مقابلے میں کامیابیاں حاصل ہوئیں۔

امریکا میں بی۔۱۵ کو مختلف امراض کے سلسلے میں کافی مقبولیت حاصل ہورہی ہے۔ مثلاً شراب نوشی سے نجات حاصل کرنے کے سلسلے میں اور ذیابیطس اور یرقان کے علاج کے سلسلے میں بچوں کے معالجین کا کہنا ہے کہ جو بچے افسردگی کا شکار ہوجاتے ہیں ان کے لیے بھی بی۔۱۵ مفید ثابت ہوتا ہے۔ میں خود بھی بی۔۱۵ استعمال کررہی ہوں تاکہ ذاتی طور پر اس کے اثرات کا پتا چلا سکوں۔ میں ایک ایسی مقوی گولی کھارہی ہوں جس میں بی۔۱۵ کے ساتھ جن سنگ بی۔۶ اور جست شامل ہے۔ مجھے یہ دیکھ کر بڑی مسرت ہوئی کہ روس کے سائنس دانوں کو بھی میری طرح اس بات کا یقین ہے کہ تجدید شباب اور توانائی کی توسیع کا انحصار بہت کچھ دماغ پر ہے۔ جو لوگ اپنی جوانی کو قائم رکھنا چاہتے ہیں اور چاق و چوبند رہنا چاہتے ہیں انہیں چاہیے کہ وہ خواب آور گولیاں اور مسکن دواؤں سے پرہیز کریں۔ انہیں اسپرین سے بھی دور رہنا چاہیے۔ یہ تمام چیزیں دماغ کو تباہ کرڈالتی ہیں اور شخصیت کو تبدیل کرڈالتی ہیں۔ لہٰذا آدمی قبل از وقت بوڑھا ہوجاتا ہے۔

اس نے عورت کے ہاتھ، پاؤں اور منہ کو کھول دیئے

معلوم ہوتا تھا کہ وہ مجھے شام کو لے جائیں گے۔ جب میں نے آپ کے قدموں کی چاپ سنی تو میں نے تڑپنے کی کوشش کی شاید پودے ہلتے دیکھ کر کوئی آجائے اور مجھے آزاد کردے (تحریر: ذوالفقار علی آصف۔ لاہور)

یہ واقعہ میانوالی کے ایک قصبے میں پیش آیا تھا۔ کرداروں کے نام مصلحتاً بدل دیئے گئے ہیں۔ واقعہ اس طرح ہے کہ حمید اللہ نے ایک شخص اسلم کو قتل کردیا۔ یہ پچاس سال پرانی خاندانی دشمنی کے سلسلے کا ایک اور قتل تھا۔ اس وقت تک دونوں خاندانوں کے پینتالیس آدمی اس دشمنی کی بھینٹ چڑھ چکے تھے۔ پولیس تفتیش کررہی تھی۔ حمید اللہ ابھی گرفتار نہیں ہوا تھا۔ سب جانتے تھے کہ اسلم کو حمید اللہ نے قتل کیا ہے لیکن شہادت نہیں تھی۔ ایک روز حمید اللہ کھیتوں میں سے گزر رہا تھا۔ یہ جوار کے کھیت تھے۔ ایک کھیت میں جوار کی فصل جو خاصی اونچی تھی، ایک جگہ سے اس طرح ہل رہی تھی جیسے اس میں کوئی انسان یا جانور ہو۔ یہ چند ایک پودے تھے جو زور زور سے ہل رہے تھے۔ حمید اللہ شک کی بنیاد پر رک گیا۔ وہ دشمنی والا تھا اس لیے بندوق ساتھ رکھتا تھا۔ اسے ہلکی ہلکی اوں اوں کی آوازیں بھی سنائی دیں۔ وہ آہستہ آہستہ فصل کے اندر گیا۔ اس نے دیکھا کہ ایک عورت پڑی ہے جس کے ہاتھ پاؤں اور منہ بندھا ہوا ہے۔ وہ پہلے تو ڈر گیا کہ اسے قتل کرنے کے لیے جال بچھایا گیا ہے، لیکن اس نے عورت کے ہاتھ پاؤں اور منہ کھول دیا۔ یہ عورت اسلم کی بیوہ ثریا تھی اور ثریا کو حمید اللہ نے ہی بیوہ کیا تھا۔ ثریا بھی اپنے خاوند کے قاتل کو دیکھ کر خوفزدہ ہوگئی۔ ''اس وقت تم میری بہن ہو''۔۔۔ حمید اللہ نے ثریا کو کہا۔۔۔ ''مجھے بتاؤ یہ کیا معاملہ ہے اور تمہیں یہاں کون باندھ کر پھینک گیا ہے۔'' ''میرے سسرال والوں سے قبائلی پٹھانوں کی دشمنی ہے'' ثریا نے بتایا۔۔۔۔ ''آج میں جب چارہ کاٹنے کے لیے کھیتوں میں آئی تو تین پٹھان آگئے۔ انہوں نے مجھے پکڑ لیا اور میرے ہاتھ پاؤں اور منہ کو باندھ دیا۔ انہوں نے آپس میں جو باتیں کیں ان سے معلوم ہوتا تھا کہ وہ مجھے شام کو لے جائیں گے۔ جب میں نے آپ کے قدموں کی چاپ سنی تو میں نے تڑپنے کی کوشش کی شاید پودے ہلتے دیکھ کر کوئی آجائے اور مجھے آزاد کردے۔

''اگر تمہیں میری زبان پر اعتبار ہے تو میری ایک بات مانو'' حمید اللہ نے ثریا سے کہا۔۔۔۔ ''میں تمہارے ہاتھ پاؤں اسی طرح باندھ دیتا ہوں۔ جب پٹھان تمہیں اٹھانے آئیں گے تو میں انہیں پکڑ وں گا۔''

ثریا نے حمید اللہ سے کہا کہ وہ اپنی جان خطرے میں نہ ڈالے لیکن حمید اللہ نہ مانا۔ اس نے ثریا کو اسی طرح باندھ دیا اور دو نالی بندوق لوڈ کر کے قریب ہی چھپ کر بیٹھ گیا شام ہونے والی تھی۔ کچھ دیر بعد شام ہوگئی اور کھیتوں سے پرے ایک ویگن آکر رکی۔ وہاں دیکھنے والا کوئی نہ تھا۔ ویسے بھی دیہات کے لوگ شام ہوتے ہی گھروں میں بند ہوجاتے ہیں، روٹی کھاتے اور سوجاتے ہیں۔ ویگن سے دو آدمی اُترے۔ تیسرا آدمی ڈرائیونگ سیٹ پر بیٹھا رہا۔

جب وہ دونوں آدمی قریب آئے تو حمید اللہ نے للکار کر کہا ''میانوالی کی غیرت ابھی زندہ ہے'' اور یکے بعد دیگرے دو فائر کردیے۔ ایک آدمی گر پڑا اور دوسرا دوڑ کر ویگن میں سوار ہوگیا۔ ویگن چل پڑی۔ حمید اللہ گرے ہوئے آدمی کے پاس گیا تو وہ مرچکا تھا۔ حمید اللہ نے اس کی رائفل اٹھالی۔ مگر ثریا کے ہاتھ پاؤں اور منہ کھول دیا اور کہا کہ اب گھر چلی جاؤ۔ ثریا نے کہا۔۔۔۔ ''اب تم بھی میری ایک بات مانو اور میرے ساتھ گھر چلو'' ''حمید اللہ نے کہا میں تیرے خاوند کا قاتل ہوں۔ تمہارا سسر اور دیور دیکھتے ہی مجھے گولی ماردیں گے۔'' ثریا نے کہا۔۔۔۔ میں ذمہ داری لیتی ہوں'' ''تم میرے گھر چلو، یہ معمولی سا احسان نہیں جو تم نے مجھ پر، میرے والدین اور میرے سسرال پر کیا ہے۔۔۔۔ چلو میرے ساتھ۔''

حمید اللہ اس کے ساتھ چل پڑا۔ ثریا نے حمید اللہ کو باہر کھڑا کیا اور خود حویلی میں چلی گئی۔ سسر اور دیوروں کو تمام حقیقت سنائی اور کہا کہ یقین نہ آئے تو پٹھان کی لاش جا کر دیکھ لو۔'' بے وقوف کی بچی!''۔۔۔۔ سسر نے کہا۔ حمید اللہ کو ساتھ کیوں نہیں لائی؟'' ''وہ باہر کھڑا ہے''۔۔۔۔ ثریا نے کہا۔ ثریا کا سسر دوڑتا ہوا گیا اور حمید اللہ کو گلے لگا لیا اور اندر لے گیا۔ ''میں اپنے بیٹے کا خون حمید اللہ کو معاف کرتا ہوں۔'' سسر نے اعلان کیا آج سے دشمنی بھی ختم کرتا ہوں۔ حمید اللہ جیسے غیرت مند جوان کو قتل کرنا بے وقوفی اور بے غیرتی ہے۔'' اس طرح حمید اللہ کی غیرت مندی اور بہادری کے ایک قدم کی بدولت پچاس سالہ دشمنی ختم ہوگئی اور آئندہ نسلیں اس کی بھینٹ چڑھنے سے بچ گئیں۔

نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین ''ماہنامہ عبقری'' خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے مزین ہے۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP (وی پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، منگوانے والے اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کردیتے ہیں۔ قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ عبقری کو پہنچتا ہے

تربوز سے تپتی دھوپ میں ٹھنڈک کا احساس

تربوز کو کھانا کھانے کے فوراً بعد یا فوراً پہلے استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ کھانا دیر سے ہضم ہوتا ہے اور تربوز تیزی سے ہضم ہوتا ہے۔ کھانا تربوز کے جلد ہضم ہونے میں رکاوٹ بنتا ہے (سید نور عالم شاہ۔ کوہاٹ)

محترم جناب حکیم محمد طارق محمود صاحب السلام علیکم!

بعد از سلام عرض ہے کہ اللہ پاک آپ کو ہمیشہ خوش رکھے۔ اس لیے کہ جو کچھ آپ مخلوق خدا کے لیے کر رہے ہیں وہ اس قیامت خیز صدی میں کارِ خیر ہے۔ اس دور میں لوگ اپنے علاوہ کسی کا خیال بھی دل میں لانا گوارہ نہیں کرتے اور آپ بحکم پروردگار مخلوق خدا کی خدمت میں مصروف ہیں۔ چند دن پہلے میں کوہاٹ بازار کسی کام سے گیا تھا تو بکسٹال سے کچھ کتابیں خریدیں تو ماہنامہ عبقری پر نظر پڑی وہاں سے فوراً اٹھالیا اور وہاں پر ایک دوست کی دکان پر بیٹھ کر پڑھنا شروع کیا۔ اچھا لگا، واپس بک سٹال پر گیا اور چند اور عبقری اٹھالایا اور اپنے عزیزوں اور دوستوں کو بطور گفٹ پڑھنے کے لیے دیئے۔ سب نے تعریف کی۔ محترم ایک تحریر ارسال خدمت ہے اگر اشاعت کے قابل سمجھیں تو ضرور شائع کیجیے گا۔

تربوز گرمیوں کی سوغات:

تربوز موسم گرما کی ممکنہ تکالیف کے خلاف ڈھال ہے۔ تپتی دھوپ میں جب سورج سر پر ہوتا ہے غضب کی گرمی پڑتی ہے اور کسی بھی طرح چین حاصل نہیں ہوتا۔ پیاس کا شدت سے احساس ہوتا ہے تو ایسے میں تربوز نہ صرف پیاس بجھاتا ہے بلکہ جسم کو توانائی اور فرحت بھی بخشتا ہے۔ تربوز کا رنگ اوپر سے ہلکا سبز اور گہرا سبز ہوتا ہے۔ کچی حالت میں اس کے گودے کا رنگ سفید ہوتا ہے اور پکنے کے بعد سرخ ہو جاتا ہے۔ شیریں ذائقے کی وجہ سے پوری دنیا میں ذوق وشوق سے کھایا جاتا ہے۔ تربوز اپنی خصوصیات کی بناء پر ایک صحت مند پھل ہے جبکہ دیگر پھلوں کی بہ نسبت اس کی قیمت بھی کم ہوتی ہے۔ جسم کی قوت اور توانائی کے لیے اور جسم میں پانی کی کمی کی ضرورت پوری کرنے کی غرض سے استعمال کرنا چاہیے۔ اس میں فولاد، فاسفورس، روغنی اجزا، پوٹاشیم، نشاستے دار شکری اجزاء اور وٹامن اے، بی اور ڈی کے علاوہ گلوکوز بھی ہوتا ہے۔ تربوز میں گلوکوز وافر مقدار میں ہوتا ہے۔ اس لیے پانی میں گلوکوز پاؤڈر ڈال کر پینے سے بہتر ہے کہ تربوز کے وٹامنز کو استعمال کیا جائے۔ تربوز کا مزاج سرد تر ہوتا ہے چنانچہ یہ موسم گرما کی شدت اور لو کے اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔ تربوز کو اگر صبح نہار منہ استعمال کیا جائے تو جسم کو پورے دن جو پانی کی ضرورت ہوتی ہے اس سے پوری کی جاسکتی ہے۔ تربوز کو کھانا کھانے کے فوراً بعد یا فوراً پہلے استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ کھانا دیر سے ہضم ہوتا ہے اور تربوز تیزی سے ہضم ہوتا ہے۔ کھانا تربوز کے جلد ہضم ہونے میں رکاوٹ بنتا ہے۔ اس لیے بدہضمی، اپھارہ اور دستوں کی شکایت ہوسکتی ہے۔ تربوز کھانا کھانے کے دو سے تین گھنٹے بعد کھانا چاہیے۔ تربوز کے متعلق یہ وہم ہے کہ اسے زیادہ کھانے سے ہیضہ ہو جاتا ہے یا تربوز کے بعد پانی پینے سے نقصان ہوتا ہے، یہ مفروضہ غلط ہے۔ تربوز میں خود 93% پانی ہوتا ہے اس لیے مزید پانی سے کسی ردعمل کا خطرہ نہیں ہوتا۔ تربوز کھانے کے فوراً بعد خون میں پانی اور گلوکوز کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ گلوکوز خلیات میں تیزی سے جذب ہو کر کمزوری، دردسر اور گھبراہٹ کی علامات کو ختم کر دیتا ہے جبکہ اس کا پانی دوران خون میں شامل ہو کر رگوں میں گردش کرتا ہوا گردوں میں پہنچتا ہے جہاں خون کی صفائی ہوتی ہے اور پانی کی زائد مقدار پیشاب کے راستے جسم سے خارج ہو جاتی ہے۔ تربوز میں وٹامنز کی خاصی مقدار کی وجہ سے بھی یہ فائدہ مند ہے۔ اس میں موجود وٹامن اے جسم میں بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت پیدا کرتا ہے۔ یہ مریضوں اور بچوں کو بھی مناسب مقدار میں کھلایا جاسکتا ہے (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر دیکھیں)

(بقیہ: جن نے مقدمے باز دشمن کی سچی خبر دی)

دو جن صاحب کچھ ناراض سے ہوئے کہ تم عالم آدمی ہو، غیب کی باتیں پوچھتے ہو۔ پہلے ہمارے جنات بھائی آسمانوں پر چڑھ کر خبریں لے آتے تھے مگر جب سے حضرت محمد ﷺ (ہمارے نبی) تشریف لائے ہیں، آسمانوں کے دروازے ہمارے لیے بند کر دیئے گئے ہیں۔ ہم اوپر خبریں لینے کی اگر جرأت کریں تو آسمان سے آگ کے گولے مارے جاتے ہیں۔ اسطرح اب غیب کی کوئی صحیح خبر ہم نہیں دے سکتے۔

پھر میں نے سوال کیا کہ کچھ لوگ اپنی چوریاں یا غیب کی باتیں جنات سے پوچھتے ہیں وہ کیا ماجرا ہے؟ انہوں نے نہایت متانت اور حوصلے سے سمجھاتے ہوئے فرمایا بھئی اصل بات یہ ہے کہ ہمیں سرعت رفتاری عطا کی گئی ہے۔ ہم آنا فانا میلوں سفر کر سکتے ہیں آجا سکتے ہیں"۔ چنانچہ جنات سے لوگ باتیں پوچھتے ہیں تو ہم سرعت سے وہاں جہاں چوری ہوتی ہے، جاتے ہیں اور دو تین منٹ ہی ادھر ادھر پھرتے ہیں لوگ جو باتیں آپس میں کرتے ہیں وہ سن کر پھر لوگوں سے یا گھر والوں سے سن کر ہم آکر معمول (یعنی جس میں جن کو حاضر کر کے بات پوچھی جاتی ہے) کے کان میں پھوک دیتے ہیں، وہ بیان کر دیتا ہے۔ لوگوں کو اس سارے قصے کی کانوں کان خبر نہیں ہوتی۔ اب اگر لوگوں کے قیافے صحیح ہوتے ہیں تو ہماری بتائی ہوئی بات بھی ٹھیک ہو جاتی ہے ورنہ انگل پچو ہوتا ہے۔ پھر میں نے عرض کی پھر مجھے کیسے پتہ چلے گا کہ آپ واقعتا جن ہیں یا خوامخواہ ڈھونگ ہے۔ (ذرا دھیمی آواز ومؤدب لہجہ سے میں نے عرض کی) جواب ملا کوئی اور سوال کرلو جو ادھر ادھر کا ہو، غیب کا نہ ہو۔ میں نے دوبارہ سوال کیا کہ آپ بتائیں آج کل میرے ساتھ دشمنی کا کس کو شوق ہے اور کس کے ساتھ میری ٹھن گئی ہے۔ مقدمہ بازی ہے؟

بس پھر کیا تھا جن صاحب نے اُوں اُوں ذرا جھجکے دیکر دو تین بار کیا اور خاموشی اختیار کرلی۔ 3,2 منٹ کے بعد سر اٹھایا فرمایا "شوکت کو آپ کی دشمنی کا بڑا شوق ہے، یہ جملہ کہا تھا، میرے ساتھ بات چیت کا حاصل تھا اور بالکل سچ تھا۔ ان دنوں میری شوکت نامی ایک آدمی سے مقدمہ بازی کا سلسلہ چل رہا تھا اور اس نے ایک جھوٹا پرچہ ہم پر کروادیا تھا اور اسکے ساتھ خوب دشمنی تھی۔ وہ ہم پر طرح طرح کے پولیس چھاپے مروا رہا تھا برآمدی کیلئے"۔ بس مجھے سو فیصد یقین ہو گیا کہ جنات حق ہیں ان کا وجود ہے اور آنا فانا خبریں لانا اور کام کرنے ان کے بس میں ہے۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب وحکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط وکتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

چوتھے آسمان سے مدد پہنچنے کا زبردست عمل

اللہ تعالیٰ نے اپنے جلال وعزت کی قسم کھائی کہ سانپ نے میرے بندے کے ساتھ جو کچھ دھوکہ میں کیا ہے میں اس کے خلاف اپنے بندے کی ضرور مدد کروں گا

(انتخاب: رانا ناصر۔ لاہور)

المجالس السنیۃ شرح الاربعین النوویۃ (صفحہ نمبر ۴۰) پر شیخ احمد نے اور دیگر علماء نے لکھا ہے کہ ایک شخص ابن حمیر کے نام سے مشہور تھا۔ بڑا عبادت گزار، قائم اللیل و صائم النہار تھا اور شکار کا بھی عادی تھا۔ ایک دن شکار کیلئے نکلا تو ایک دن ایک سانپ اس کے سامنے آیا اور کہا اے محمد بن حمیر مجھے پناہ دے دو، اللہ تعالیٰ تمہیں بھی پناہ دے۔ اس نے کہا تم کس سے پناہ چاہتے ہو۔ کہا ایک دشمن سے جس نے مجھ پر ظلم کیا ہے۔ اس نے پوچھا تیرا دشمن کہاں ہے؟ کہا میرے پیچھے ہے۔ اس نے پوچھا تم کس امت سے ہو؟ کہا میں امت محمد ﷺ سے ہوں۔

وہ شخص بیان کرتا ہے کہ میں نے اپنی چادر پھیلائی اور اس سے کہا تم اس میں داخل ہو جاؤ۔ اس نے کہا مجھے دشمن دیکھ لے گا۔ میں نے کہا پھر میں تمہاری کیا مدد کر سکتا ہوں؟ کہنے لگا اگر تم نیکی کا کام کرنا ہی چاہتے ہو تو اپنا منہ کھولو تا کہ میں اس میں داخل ہو جاؤں؟ میں نے کہا مجھے ڈر ہے کہ تم مجھے ڈس لو گے؟ کہا اللہ کی قسم! میں تجھے نہیں ڈسوں گا اس پر اللہ گواہ ہے اور اس کے فرشتے بھی اور رسول بھی اور اس کے عرش کو اٹھانے والے اور آسمانوں پر رہنے والے فرشتے بھی۔ وہ شخص کہتا ہے کہ میں نے اپنا منہ کھولا اور وہ اس میں گھس گیا۔ پھر میں چل پڑا۔ اچانک میرے سامنے ایک شخص نمودار ہوا جس کے ہاتھ میں ایک نیزہ بھی تھا، اس نے کہا اے محمد! میں نے کہا کیا چاہتے ہو؟ کہا تم نے میرے دشمن کو دیکھا ہے؟ میں نے کہا تمہارا دشمن کون ہے؟ کہا قیل سانپ۔ میں نے کہا نہیں اور اپنی اس بات سے سو بار استغفار کیا کیونکہ مجھے پتہ تھا کہ وہ کہاں ہے۔ پھر میں کچھ آگے چلا تھا کہ سانپ نے میرے منہ سے اپنا سر نکالا اور کہا کہ دیکھو میرا دشمن چلا گیا ہے؟ تو میں نے ہر طرف دیکھا تو مجھے کوئی نظر نہ آیا تو میں نے اس سے کہا مجھے کوئی بھی نظر نہیں آ رہا ہے اگر تم نکلنا چاہتے ہو تو نکل آؤ۔ اس نے کہا اے محمد! اب تم دو باتوں میں سے ایک کا انتخاب کر لو یا تو میں تمہارا جگر ٹکڑے ٹکڑے کر دوں یا تمہارے دل میں سوراخ کر دوں اور تمہاری جان نکال دوں۔ میں نے کہا سبحان اللہ! وہ وعدہ کہاں گیا جو تو نے مجھ سے باندھا تھا اور وہ قسم کہاں گئی جو تو نے کھائی تھی، تم اتنی جلدی بھول گئے ہو؟ وہ کہنے لگا اے محمد! تم وہ عداوت کیوں بھول گئے ہو جو میرے اور تیرے باپ آدم کے درمیان سے چلی آ رہی ہے۔ تم نے کس بنا پر نا اہل سے ہمدردی کی ہے؟ میں نے کہا کیا تم لازماً مجھے قتل کرنا چاہتے ہو؟ اس نے کہا ہاں میں لازماً قتل کرنا چاہتا ہوں۔ میں نے اس سے کہا تم مجھے اتنی مہلت دے دو کہ میں اس پہاڑ تک پہنچ جاؤں اور اپنے لئے قبر کی کوئی جگہ بنا لوں۔ اس نے کہا تمہاری مرضی۔ چنانچہ میں پہاڑ کی طرف چل پڑا اور زندگی سے نا امید ہو گیا اور اپنی نگاہ آسمان کی طرف اٹھائی اور کہا:

"یَا لَطِیْفُ یَا لَطِیْفُ اُلْطُفْ بِیْ بِلُطْفِکَ الْخَفِیِّ یَا لَطِیْفُ بِالْقُدْرَةِ الَّتِی اسْتَوَیْتَ بِهَا عَلَی الْعَرْشِ فَلَمْ یَعْلَمِ الْعَرْشُ اَیْنَ مُسْتَقَرُّکَ مِنْهُ اِلَّا مَا کَفَیْتَنِیْ هٰذِهِ الْحَیَّةَ"

"اے لطیف اے لطیف! مجھ پر اپنے مخفی لطف کے ساتھ لطف فرما۔ اے لطیف اپنی اس قدرت کے ساتھ جس کی طاقت سے تو عرش پر مستوی ہوا اور عرش کو بھی علم نہ ہوا کہ اس پر تیرا مستقر کہاں ہے۔ بس مجھے اس سانپ سے نجات دے دے۔"

پھر میں چل پڑا۔ اچانک میرے سامنے ایک حسین چہرہ والا پاکیزہ خوشبو والا، صاف لباس والا شخص ظاہر ہوا اور سلام کیا میں نے "وعلیکم السلام اے میرے بھائی۔" اس نے کہا کیا بات ہے تمہارا رنگ کیوں اڑا ہوا ہے؟ میں نے کہا ایک دشمن نے مجھ پر ظلم کیا ہے۔ کہا تیرا دشمن کہاں ہے۔ میں نے کہا میرے پیٹ میں۔ اس نے مجھے کہا اپنا منہ کھولو میں نے اپنا منہ کھولا تو اس نے اس میں سبز زیتون کی طرح کا ایک پتہ ڈالا اور کہا کہ اس کو چبا کر نگل لو تو میں اس کو چبا کر نگل گیا۔

وہ کہتا ہے کہ میں کچھ ہی دیر ٹھہرا تھا کہ میرے پیٹ میں مروڑ پیدا ہوا اور پیٹ میں گردش شروع ہوئی پھر اس پتے نے اس سانپ کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے پیٹ سے نکال دیا۔ جب مجھے سانپ سے نجات مل گئی تو میں اس شخص سے لپٹ گیا اور کہا کہ اے بھائی تم کون ہو؟ جس کے ذریعے سے اللہ تعالیٰ نے مجھ پر احسان کیا ہے۔ تو وہ ہنس پڑا اور کہا تم مجھے نہیں جانتے؟ میں نے کہا نہیں۔ کہا جب تم نے سانپ کو پناہ دینے کے بعد اس کی بدعہدی کو دیکھ کر پریشانی کا اظہار کیا اور اللہ تعالیٰ سے یہ دعا مانگی تو ساتوں آسمانوں میں ہلچل مچ گئی اور وہ اللہ تعالیٰ کے سامنے پکار اٹھے۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے جلال و عزت کی قسم کھائی کہ سانپ نے میرے بندے کے ساتھ جو کچھ دھوکہ کیا ہے میں اس کے خلاف اپنے بندے کی ضرور مدد کروں گا۔ پھر مجھے اللہ سبحانہ وتعالیٰ نے تمہاری طرف روانہ کیا۔ میرا نام معروف ہے میں چوتھے آسمان پر رہتا ہوں۔ اللہ نے ہی مجھے حکم فرمایا کہ جنت میں جاؤ اور ایک سبز پتہ لیکر اس کو میرے بندے محمد بن حمیر کے پاس لے جاؤ۔ اے محمد! تم نیک کام کیا کرنا اور برائی کے مقامات سے اجتناب کرنا اگرچہ تم نے جس سے نیکی کی ہو وہ اس کو ضائع کیوں نہ کر دے۔ جو کچھ اللہ کے پاس ہے اللہ تعالیٰ اس کو ضائع نہیں کرے گا۔

(بقیہ: چہرے کی شگفتگی اور تروتازگی کو برقرار رکھیے)

خشک جلد کے مسائل اور گھریلو ٹوٹکے: سردیوں میں جلد خشک ہو جاتی ہے۔ اور اگر بروقت اس کی حفاظت نہ کی جائے۔ تو سردیاں ختم ہونے کے باوجود چہرے اور ہاتھوں خصوصاً پیروں کی ایڑیاں خراب رہتی ہیں۔ ایڑی اور تلوؤں کی جلد چونکہ موٹی ہوتی ہے۔ اس لیے جسم میں قدرتی طور پر بننے والا تیل اس جلد کو ملائم رکھنے میں ناکام رہتا ہے۔ اس لیے جلد کو باہر سے نرم رکھنے کے لیے چکنائی لگانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہیٹر اور تیز گرم پانی کے استعمال سے جلد مزید خشک اور ایڑیاں پھٹ جاتی ہیں۔ ایسے میں بازاری کریمیں اور چکنائی والے صابن بہت مہنگے ملتے ہیں۔ پہلی بات یہ کہ جب جلد خشک ہو جائے تو جراثیم کش صابن مت استعمال کریں۔ جسم کی جلد کا مساج اگر زیتون کے تیل سے کیا جائے تو بہت مفید ہے۔ پھٹی ہوئی ایڑیوں کو پہلے جھانویں سے رگڑیں پھر ان پر گلیسرین اور عرق گلاب لگائیں۔ اگر ایڑیوں کی جلد زیادہ خراب ہو جائے تو سرسوں کا تیل تین چمچ اور ہلدی دو چمچ ملا کر محلول بنا لیں۔ اس گاڑھے لیپ کو رات سوتے وقت پاؤں پر لگا کر جرابیں پہن لیں۔ انشاء اللہ چند دنوں بعد آپ کی ایڑیاں ٹھیک ہو جائیں گی۔ چہرے کو نرم رکھنے کے لیے عرق گلاب اور گلیسرین استعمال کی جا سکتی ہے۔ چہرے کا کبھی کبھار فیشل کرنا بھی بہتر ہوتا ہے۔ چہرے کی نرمی اور تازگی برقرار رکھنے اور سردیوں میں جلد کو موسم کے اثرات سے محفوظ رکھنے کے لیے سب سے بہتر یہ ہے کہ آپ عرق گلاب میں گلیسرین ملا کر لگائیں۔

برص کے داغ: پیاز کا پانی شہد خالص اور نمک میں ملا کر کھرل کر لیجئے اور برص کے داغ پر لیپ کیجئے۔ چند دنوں میں برص کے داغ دور ہو جائیں گے

اپریل میں پرکشش حسن وجمال کیسے ممکن ہو؟

انتخاب: ماشفین۔ لاہور

ناشتہ ہمیشہ سادہ ہونا چاہیے۔ دیر سے ہضم ہونے والی نیز ہر قسم کی لیس دار غذائیں ناشتہ میں قطعی شامل نہ کریں۔ کیونکہ دیر ہضم اور لیس دار غذائیں معدے اور انتڑیوں میں رطوبت فاسدہ کو جنم دیتی ہیں۔ جو طرح طرح کے عوارض کا باعث ہوتی ہیں

موسمیاتی تبدیلی کے اعتبار سے اپریل کے مہینے میں بعض عوارض یقینی اور بعض متوقع ہوتے ہیں۔ جن کا سد باب کرنا بے حد نا گزیر ہے۔

عوارض:۔ اس مہینے میں کالی کھانسی، بخار، خرابی خون، لاکڑا کاکڑا، خسرہ، موتی جھرا اور دیگر جلدی عوارض کے سر اٹھانے کے امکانات نہایت شدید ہوتے ہیں اور ایسے افراد کے لیے جنہوں نے جنوری، فروری بالخصوص مارچ کا مہینہ بے احتیاطی و بے اعتدالی سے نیز کسی طبی احتیاط و اعتدال کے بغیر گزارا ہو انہیں اپریل کا پہلا ہفتہ ختم ہوتے ہی عجیب عجیب جلدی امراض کا سامنا ہو سکتا ہے۔

فرمودات حکماء: اس مہینے کے صحتی تقاضوں کے بارے میں تحقیقات وطبی تجربات کی روشنی میں متفقہ طور پر یہ اصول معین کیا ہے کہ اس مہینے میں جلاب لینا اور فصد کھلوانا حفظانِ صحت کے نکتہ نظر سے بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ جن تیزابی اور آتش مزاج مادؤں کے گوشت اور جلد کو چیر کر بیرون خروج کرنے کا قطعی امکان ہوتا ہے اور جو معالجاتی اعتبار سے اچھی خاصی تشویش و پریشانی کا موجب ہوتے ہیں انہیں جلاب یا فصد کے ذریعہ ہی خارج اور زائل کر دینا چاہیے تاکہ موسمی تغیر کے پیدا کردہ جلدی اور جسمانی عوارض کے امکانات واثرات کو ابتداء ہی میں ختم کیا جا سکے۔

جلاب یا فصد کے ضمن میں حتی الوسع تمام ممکنہ امور واحتیاط کو ملحوظ رکھنا قطعی ضروری ہے کیونکہ بے احتیاطی کے ساتھ جلاب وفصد کا عمل باعث نقصان بھی ہو سکتا ہے۔

اپریل کے قطعی اور ممکنہ لوازم:۔ اکثر و بیشتر افراد اس مہینے کا محض موسم بہار کا شباب اور موسم گرما کے پیغامبر کی حیثیت سے ہی استقبال کرتے اور اس کے موسمیاتی تقاضوں سے بے خبر رہتے ہیں۔ حالانکہ امر واقع یہ ہے کہ اس مہینہ کا ایک ایک دن مندرجہ ذیل خصوصی عوارض کے امکانات کو اپنے دامن میں لیے ہوتا ہے اس لیے ان پیش آنے والے عوارض کو ملحوظ رکھنا از بس ضروری ہے کیونکہ یہ اس مہینے کے قطعی اور ممکنہ لوازم کا درجہ رکھتے ہیں۔

اس مہینے میں اکثر لوگوں کی طبعی کیفیات بخار کے ابتدائی حالت کی زد میں آجاتی ہے۔ اکثر لوگوں کو اس مہینے میں چھپاکی نکل آتی ہے، بظاہر اس کی کوئی وجہ سمجھ میں نہیں آتی۔ یہ مہینہ اس موسمیاتی وتغیراتی محرکات کے جلو میں جسم انسانی کو معذور کر دینے والے عارضہ (فالج) یا اس سے ملتی جلتی کیفیت بھی لاتا ہے۔ فالج یا فالج نما عارضہ کے مریضوں کی اکثریت بالعموم موسم بہار یا موسم خزاں میں بھی دیکھی گئی ہے اور سال کے دوسرے مہینوں میں اس مرض کے عود کرنے کے واقعات بہت شاذ ہوتے ہیں۔

سد باب:۔ جہاں تک مندرجہ بالا تمام عوارض کے تدارک واستقبال کا تعلق ہے۔ ان کے لیے دوائی لازم کی بہ نسبت احتیاطی تدابیر زیادہ مفید بلکہ بعض صورتوں میں ناگزیر ہیں۔ اس لیے ان احتیاطی تدابیر کو اس مہینے میں اپنا معمول بنا لینا۔ معالجاتی پریشانیوں سے محفوظ رہنے کی بہترین صورت ہے۔

احتیاطی تدابیر:۔ رات کو جلد سونے کی عادت ڈالیں۔ علی الصبح بیدار ہونے کو اپنا معمول بنائیں۔

ناشتہ ہمیشہ ہلکی غذاؤں پر مشتمل یعنی سادہ ہونا چاہیے۔ دیر سے ہضم ہونے والی نیز ہر قسم کی لیس دار غذا، ناشتہ میں قطعی شامل نہیں ہونا چاہیے۔ کیونکہ دیر ہضم اور لیس دار غذائیں معدے اور انتڑیوں میں کثافت پیدا کر کے رطوبت فاسدہ کو جنم دیتی ہیں جو طرح طرح کے عوارض کا باعث ہوتی ہیں۔ خاص کر انتڑیوں میں کیڑوں کا بہت ہی مادہ ٹھہرتا ہے۔ اگر توفیق واستطاعت ہو تو ناشتہ میں خالص دودھ کے ساتھ سلائس، گھریلو مکھن یا پسے ہوئے بادام لگا کر استعمال کریں۔ یہ ابھرنے والے بعض عوارض کے ساتھ اضمحلال کے ازالہ اور بحالی صحت کے لیے بھی بہترین غذائی ٹانک ہے۔ چائے کی بجائے دودھ اور دہی کے استعمال کو ترجیح دیں۔

دوائی تدبیر:۔ ان احتیاطی تدابیر کے ساتھ ساتھ اگر صبح نہار منہ خمیرہ گاؤزبان سادہ ایک تولہ، عرق گاؤزبان پانچ تولہ کے ہمراہ استعمال کیا جائے تو یہ کم خرچ بالانشین دوائی آپ کی بحالی صحت کے لیے سونے پر سہاگے کے مصداق ہوگی۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

☆ مارچ کے سوالات کے جوابات کے سلسلے میں بچے کے لیے میں نے ایک تجربہ کیا ہے کہ بعض اوقات بچہ کمزوری اور خوراک کی کمی کی وجہ سے روتا ہے شہد اور دیسی انڈے کی زردی ہلکی ہلکی بچے کو چٹائیں۔ دن میں 3 سے 4 بار۔ (بیگم منظور احمد۔ دیپال پور)

میرے تجربے کے مطابق سہاگہ بریاں ایک ایک چٹکی نونہال کے عرق 1/2 چمچ میں گھول کر بچے کو دیں۔ دن میں 4 بار۔ میرا تجربہ ہے بچہ تندرست ہو جائے گا۔ اگر آپ کے اندر کمزوری ہے تو آپ زیرہ سفید اور گاجر کے بیج ہموزن کوٹ پیس کر ایک ایک چمچ صبح، دوپہر، شام دودھ کے ہمراہ 40 دن لیں۔ (مسز عظمت عارف۔۔۔ اسلام آباد)

☆ اگر آپ کی چھاتیوں میں دودھ نہیں آتا تو سٹور کی دوکان سے کشتہ مرگانگ ایک چھوٹا کیپسول بھر کر صبح وشام لیں ایک ماہ تک دودھ کے ساتھ استعمال کریں لاجواب ہے۔ (ڈاکٹر عمارہ وحید۔۔۔ لاہور)

☆ سینے میں جلن اور تیزابیت کے لیے بہترین چیز کھانے کے بعد سونف اور دھنیہ تھوڑا تھوڑا منہ میں ڈال کر چباتے رہیں۔ دن میں 5-4 بار کریں کچھ عرصہ کریں گے تو مسئلہ حل ہو جائے گا۔ (اعجاز احمد چوہدری۔۔۔ گوجرانوالہ)

تیزابیت اور جلن سے نجات کے لیے ہر کھانے کے بعد 4 چمچ نونہال (بچوں کا عرق ہمدرد) پئیں نونہال بچوں کے ساتھ ساتھ بڑوں کے لیے بھی ہے۔ (الفت کریم۔۔۔ کوئٹہ)

☆ ورم اور چوٹ کے لیے ایک آزمودہ ٹوٹکہ، ہلدی باریک کر کے تلوں کا تیل ملا کر مرہم کی طرح بنا لیں اور رات کو لیپ کریں، روزانہ ایسا کریں۔ کچھ عرصے میں ورم ختم ہو جائے گی۔ (عظمیٰ اظہار الحق۔۔۔ پشاور)

بچوں کو آپس میں لڑنے سے بچانے کے لیے آپ انمول خزانہ کی خاص ترکیب صفحہ نمبر 38 اور صفحہ نمبر 41 کے مطابق پڑھیں یہ میرا بہت عرصے سے تجربہ ہے (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

تو بوڑھوں کی تعظیم کر خدا تعالیٰ نوجوانوں کو توفیق دے گا کہ تیری تعظیم کریں جب کہ تو بوڑھا ہوگا

عرب سے سندھ اور ملتان تک اسلام

تحریر: محمد وقاص اسلم مغل

رسول اکرمؐ کے دور میں اول ایمان لانے والے بھی سب نوجوان ہی تھے جس سے پتہ چلتا ہے کہ نوجوانوں میں حق کو قبول کرنے کا مادہ زیادہ ہوتا۔ آج کے ان نوجوانوں کے لیے اس میں سبق ہے

اسلام کا سورج طلوع ہونے کے بعد رسول اقدس ﷺ کو مشکلات اور مصائب کا سامنا کرنا پڑا۔ ایک طرف آپ ﷺ تن تنہا کھڑے تھے تو دوسری طرف اسلام کے مخالفین کا ایک ٹھاٹھیں مارتا ہوا سمندر تھا۔ غیر تو غیر اپنے بھی جن کی زبانیں آپ ﷺ کی تعریفیں کرتے نہ تھکتی تھیں وہی لوگ آپ ﷺ کی دعوت کے سامنے خطرناک منصوبے بنا رہے تھے۔ جو ساری زندگی دوستی کا دم بھرتے رہے اب وہ دشمنی پر اتر آئے تھے۔ غرض آپ ﷺ کے سامنے مصائب و آلام کا ایک لامتناہی سلسلہ تھا۔ ایسے مشکل اور کٹھن مراحل میں جو آپ ﷺ کے دستِ بازو بنے آپ ﷺ کے حصے میں آنے والی مشکلات کو اپنے سینے پر سہا، وہ نوجوان ہی تھے۔ وہ جوان مرد اور صاحب دل لوگوں کی جماعت جس کی تشکیل انتہائی بے سروسامانی اور کسمپرسی کی حالت میں دارالارقم سے ہوئی۔ جن کے ذریعے اسلام نے چہار دانگ عالم میں اپنے پرچم لہرائے۔ جن کی قربانیوں کی بدولت محمدیؐ دعوت دنیا کے ان گوشوں اور کناروں پر پہنچی جہاں تک کوئی بھی پیغام نہ پہنچ سکا۔ یہ عزم وہمت سے لبریز اسلام کی عظمت و تقدس سے سرشار جماعت نوجوانوں ہی کی تھی۔ چنانچہ سب سے پہلے اسلام لانے والے حضرت ابوبکر صدیقؓ آپ ﷺ سے چھوٹے اور جوانی کی عمر میں تھے اسی طرح حضرت عمر فاروقؓ کی عمر ستائیس سال تھی حضرت عثمان غنیؓ بھی جوانی ہی کی عمر میں دامن اسلام سے وابستہ ہوئے تھے اور حضرت علی المرتضیٰؓ تو ایمان لانے کے وقت نئے نئے ہی جوان تھے۔ اسکے علاوہ عبداللہ بن مسعودؓ، عبدالرحمٰن بن عوفؓ، الارقم بن ابی الارقمؓ، سعید بن زیدؓ، مصعب بن عمیرؓ، بلال بن رباحؓ (بلال حبشی) عمار بن یاسرؓ، بعد کے حضرات تابعین وتبع تابعین وغیرہ میں بھی اسلام کے لیے نمایاں خدمات سرانجام دینے والے اکثر نوجوان تھے۔

اس کے علاوہ حضرت شیخ عبدالقادرؒ جیلانی جن کے بچپن کے سچ سے ڈاکوؤں کا پورا کا پورا گروہ تائب ہوگیا، انہوں نے جوانی میں ہی لوگوں کو اللہ کے دین کی دعوت دینی شروع کی۔

سب سے کم عمر فاتح محمد بن قاسمؒ جس نے 17 سال کی عمر میں سندھ سے لیکر ملتان تک کا علاقہ فتح کرلیا تھا۔ اسی طرح رسول اکرم ﷺ کے دور میں اول ایمان لانے والے، وہ بھی سب جوان ہی تھے۔ جس سے پتہ چلتا ہے کہ نوجوانوں میں حق کو قبول کرنے کا مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ آج کے ان نوجوانوں کے لیے اس میں سبق ہے جو یہ سمجھتے ہیں کہ ابھی تو ہماری جوانی کی زندگی ہے اور ہم کوئی بھی دینی ذمہ داری نہیں قبول کرسکتے۔ فی الحال کوئی بھی دینی ذمہ داری قبول کرنا ہمارے بس میں نہیں۔ ایسے نوجوانوں کو اپنے اسلاف کی تاریخ کا مطالعہ کرنا چاہیے تاکہ معلوم ہوسکے کہ انہوں نے آپ کی جیسی عمر میں کس قدر ذمہ داریوں کو پورا کیا۔

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

قاضی ابو یوسفؒ نے ''کتاب الخراج'' میں روایت نقل کی ہے کہ حضرت عمرؓ جب شام سے واپس آرہے تھے تو چند آدمیوں کو دیکھا کہ دھوپ میں کھڑے ہیں اور ان کے سر پر تیل ڈالا جارہا ہے۔ لوگوں سے پوچھا کہ کیا ماجرا ہے؟ معلوم ہوا کہ ان لوگوں نے جزیہ نہیں ادا کیا، اس لیے انہیں سزا دی جارہی ہے۔ حضرت عمرؓ نے دریافت کیا کہ آخر ان کا کیا عذر ہے؟ لوگوں نے کہا، غربت اور ناداری۔ فرمایا، چھوڑ دو، اور انہیں تکلیف نہ دو۔ میں نے رسول اللہ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا ہے کہ ''لوگوں کو تکلیف نہ دو، جو لوگ دنیا میں لوگوں کو عذاب پہنچاتے ہیں، اللہ تعالیٰ روز قیامت انہیں عذاب پہنچائے گا۔''

دلچسپ وعجیب

''رنگ برنگا صحرا'' امریکہ کی ریاست اریزونا میں رنگ برنگا صحرا پایا جاتا ہے جس کی چوٹیوں پر سورج ڈھلنے سے طرح طرح کے رنگ بدلتے ہیں۔ **''انوکھا درخت''** تھائی لینڈ میں ایسا درخت ہے جس نے بڑھنے کے بعد پودا لگانے والے مالک کی شکل اختیار کرلی۔ مولسری کا یہ درخت گرزیالی لینڈ میں ہے قدرت نے اس کے تنے پر جیکوئس دان کی شکل ابھاری ہے جس نے کبھی یہ درخت لگایا تھا۔ **''واحد پیشہ جس کی تنخواہ نہیں ملتی''** آپ یقیناً یہ پڑھ کر حیران ہوں گے کہ جسٹس آف پیس وہ واحد پیشہ ہے جس کی تنخواہ نہیں ملتی۔ (مرسلہ: سدرہ کوثر۔ احمد پور شرقیہ)

(بقیہ: تربوز سے تپتی دھوپ میں ٹھنڈک کا احساس)

تربوز میں پانی کی زیادہ مقدار اور غذائیت کی وجہ سے یرقان کے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے۔ یہ حاملہ خواتین اور دودھ پلانے والی خواتین کے لیے بھی مفید ہے۔ اگر نظام ہضم درست نہ ہو تو سیاہ مرچ، سفید زیرہ اور نمک پیس کر رکھ لیں تربوز کے ٹکڑے کاٹ کر اس پر چھڑک کر کھائیں نہ صرف یہ زیادہ لذیذ ہوجاتا ہے بلکہ ہاضمے کی بہترین دوا بن جاتا ہے اور نظام ہضم کی اصلاح کرتا ہے۔ ہائی بلڈ پریشر کی صورت میں تربوز کھانے سے پیشاب زیادہ مقدار میں آتا ہے اسطرح بلڈ پریشر کم ہوجاتا ہے جبکہ لو بلڈ پریشر میں دل کو فرحت بخشتا ہے اور توانائی کے لیے گلوکوز فراہم کرتا ہے۔ سر کا درد، گرمی سے ہو تو ایک گلاس تربوز کا رس لیکر اس میں مصری ملائیں اور صبح کے وقت پئیں۔ چند دن پینے سے سر درد دور ہوجائے گا۔ گردوں اور مثانے کی گرمی کو ختم کرنے کے لیے روزانہ تربوز کھائیں۔ اگر تربوز کا موسم نہ ہو تو اسکے بیج (چھلے ہوئے) پانی میں گھوٹ کر سردائی بنا کر پی لیں، حرارت ختم ہوجائے گی۔ بار بار پانی پینے سے بھی پیاس کی شدت کم نہ ہو تو دن میں تین بار تربوز کا پانی پلانے سے پیاس کی شدت فوراً دور ہوجاتی ہے۔ قبض دور کرنے کی دواؤں کے ساتھ تربوز کا استعمال بہت مفید ہے۔ تربوز بھی قبض دور کرنے میں معاون ہے۔ تربوز پیشاب آور ہے۔ چنانچہ یہ گردے اور مثانے میں پتھری بننے کے عمل کو روکتا ہے۔ معدے کی سوزش اور پیشاب کی جلن کو بھی ختم کردیتا ہے۔ اگر متلی اور قے کی شکایت رہتی ہو تو روزانہ صبح کے وقت 20 تولہ تربوز کے بیج (چھلے ہوئے) پانی میں مصری ملا کر پئیں، قے کی شکایت دور ہوجائے گی۔ دل کی تیز دھڑکن اور کمزوری کے لیے تربوز کے بیج ایک تولہ (چھلے ہوئے) پانی میں گھوٹ کر میٹھا ملا کر دن میں تین مرتبہ پئیں، دل کے لیے بہت مفید ہے۔ اگر ہونٹ پھٹنے کی شکایت ہو تو تربوز کے بیجوں کا لیپ فائدہ مند ہوتا ہے تھوڑے سے بیج باریک پیس کر رات سوتے وقت ہونٹوں پر لیپ کیجئے جلد آرام آجائے گا۔

تربوز کا شربت: سرخ رنگ کے پکے ہوئے تربوز کا رس نکالئے۔ ایک کلو رس میں ایک کلو چینی شامل کرکے درمیانی آنچ پر پکائیں، جب گاڑھا ہوجائے تو چولہے سے اتارلیں۔ شربت تیار ہے۔ دن میں تین بار پانی میں ملا کر استعمال کریں صفراوی بخار پیاس اور گرمی کی شدت کو دور کرتا ہے۔ خشک کھانسی کے لیے 250 گرام تربوز کے رس میں اتنی ہی چینی ڈال کر درمیانی آنچ پر پکائیں جب چاشنی گاڑھی ہوجائے تو گوند کیکر، گوند کتیرا است ملٹھی اور چھوٹی الائچی کے دانے دس دس گرام سب چیزوں کو باریک پیس کر چاشنی میں ملالیں اور اچھی طرح گھوٹ کر اتارلیں۔ خشک کھانسی کے لیے یہ دوا بہت فائدے مند ہے۔ دس گرام صبح کے وقت کھائیں۔ تربوز کے چھلکوں کی ترکاری۔ تربوز کے ہرے چھلکے لیکر اس کا سفید حصہ علیحدہ کردیں ایک ایک انچ کے ٹکڑے باریک کاٹ لیں۔ پیاز گھی میں لال کرکے اس میں نمک، مرچ، ہلدی، لہسن ملا کر بھون لیں اور اس میں تربوز کے چھلکے ڈال دیں تھوڑا سا پانی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکا کر اتارلیں۔ مزیدار ترکاری تیار ہے۔

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

پچاس سال کے تجربات، عبقری کو گفٹ

(تحریر: حبیب اللہ خان۔ گوجرانوالہ کینٹ)

جوہر شفائے مدینہ واقعی موت کے علاوہ ہر مرض کی دوا ہے

شوگر: میرا بہنوئی مسعود خان عرصہ ڈیڑھ سال سے شوگر کے مرض میں مبتلا ہے۔ وہ انگریزی اور دیسی مختلف قسم کی ادویات استعمال کرتا رہا لیکن نوبت یہاں تک آپہنچی کہ اب وہ ہڈیوں کا ڈھانچہ بن کر چارپائی پر پڑ گیا تھا۔ اور جسم پر پھنسیاں بھی نکل آئی تھیں۔ میں کافی عرصہ بعد گاؤں گیا، مسعود خان کی حالت دیکھ کر بہت دکھ ہوا۔ میرے پاس جوہر شفاء مدینہ موجود تھی میں نے اسے دے دی اور صبح شام استعمال کا بتایا۔ میں واپس گوجرانوالہ آگیا اور ایک ہفتہ کے بعد دوبارہ گیا تو دیکھا کہ اس کی پھنسیاں مندمل ہونا شروع ہوگئی ہیں اور ہاتھ پاؤں اور چہرے کی سوجن بھی اتر گئی ہے۔ میں نے اسے کلونجی کے کرشمات میں سے شوگر کا یہ نسخہ بتایا:

ھوالشافی: کلونجی، تخم سرس، گوند کیکر اور تمہ خشک، کو ہم وزن لیکر پیس لیں اور کیپسول میں بھر کر ایک صبح اور ایک شام کو استعمال کرنے کا کہا۔ الحمدللہ اب وہ شفایاب ہو رہا ہے اور چلنا پھرنا شروع کر دیا ہے۔ اس وقت وہ کوئی اور دیسی یا انگریزی دوائی استعمال نہیں کر رہا صرف جوہر شفاء مدینہ اور کلونجی والا شوگر کا نسخہ استعمال کر رہا ہے۔ شوگر زیرو ہوگئی ہے اور طاقت بھی آرہی ہے۔ صحت دن بدن بہتر ہو رہی ہے۔

الرجی: اکیڈمی میں ہماری ایک ٹیچر "ش" دائمی الرجی کی مریضہ تھی جس کا اکثر وقت کلاس روم کی بجائے سک روم (Sick Room) میں گزرتا تھا، ایک دن میں نے ماہنامہ عبقری دیا اور جوہر شفاء مدینہ کے خواص پڑھنے کو کہے۔ اس نے خواص پڑھنے کے بعد مجھے کہا کہ جوہر شفاء مدینہ منگوادو۔ میں اسے جوہر شفاء مدینہ منگوا کر دی اس نے مسلسل ڈیڑھ ماہ استعمال کی اب وہ مکمل شفایاب ہو چکی ہے۔

ہائی بلڈ پریشر اور ذہنی تناؤ: ہمارے ایک دوست نثار صاحب کافی عرصہ سے اس مرض میں مبتلا آرہے تھے میں نے انہیں جوہر شفاء مدینہ کے استعمال کا مشورہ دیا۔ وہ پچھلے ایک ماہ سے استعمال کر رہے ہیں اور دونوں تکلیفوں سے نجات پا چکے ہیں۔

سکونی کے کمالات

ہمارے دوست صوبیدار غوث کی اہلیہ کافی عرصہ سے شوگر کی مریضہ تھیں اور انگریزی و دیسی ہر قسم کی دوائی استعمال کر رہی تھیں مگر نوبت یہاں تک آپہنچی کہ ان کا ذہنی توازن بگڑ گیا۔ CMH کے ذہنی امراض کے ڈاکٹر سے علاج کرایا مگر افاقہ نہ ہوا۔ انہوں نے مجھ سے اس مسئلہ پر گفتگو کی تو میں نے حکیم محمد طارق محمود صاحب سے مشورہ کا کہا۔ وہ ایک دن میرے ساتھ حکیم صاحب کے پاس آئے۔ حکیم صاحب نے سکونی اور فشاری کے استعمال کا فرمایا۔ وہ یہ دونوں دوائیاں لے گئے۔ فشاری وہ استعمال نہ کرا سکے مگر سکونی استعمال کرائی۔ تین دن کے استعمال کے بعد ان کی اہلیہ نارمل ہو گئیں۔ آج کل وہ پابندی سے سکونی استعمال کر رہے ہیں اور صوبیدار صاحب کی اہلیہ تندرست ہو چکی ہیں۔

پیلے یرقان اور ہیپاٹائٹس بی اور سی کا علاج: حکیم عبداللہ صاحب" کی کتاب "کنز المجربات میں خبث الحدید گائے کی دہی میں کشتہ کرنے کا نسخہ دیا ہوا ہے۔ حکیم ابو محمد عمر نے اسے تیار کیا اور اپنے مطب کے نزدیک ایک نوجوان جو ہیپاٹائٹس سی کا مریض تھا اور انگریزی دوائی استعمال کرتے کرتے تھک گیا تھا اور مایوس ہو گیا تھا، کو استعمال کرایا۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے 15 دن کے استعمال کے بعد اس کا مرض جاتا رہا۔ ٹیسٹ کرایا تو زیرو رزلٹ تھا۔ اس کامیابی کے بعد یہ دوا حکیم ابو محمد عمر کے مطب کا معمول کا نسخہ ہے اور کئی مریض شفایاب ہو چکے ہیں۔ مکمل کورس تین ماہ کا ہے۔ جس نوجوان کا میں نے اوپر ذکر کیا ہے۔ وہ شادی سے انکاری تھا صحت مند ہونے کے بعد اس نے شادی کرالی اور اب ایک بیٹے کا باپ ہے۔

دوائے اسہال: ہمارے ایک دوست حکیم شبیر عباسی صاحب ہیں میں نے ان سے اپنی تکلیف کی شکایت کی کہ میں اکثر اسہال کا شکار رہتا ہوں۔ انہوں نے مجھے سفوف دیا اور ساتھ لکھ کر دیا کہ خود بنالینا اور ساتھ ہی بتایا کہ انتڑیوں کی کمزوری کے لیے بھی یہ لاجواب چیز ہے۔ میں نے اسے استعمال کیا۔ دن میں چھ سے سات مرتبہ اجابت کرتا تھا۔ چند دن کے استعمال کے بعد معمول صبح و شام کا ہو گیا۔ میری اکیڈمی کے پرنسپل صاحب جن کی عمر تقریباً 65 سال ہے، کو جلاب لگ گئے۔ انگریزی دوائی استعمال کی مگر افاقہ نہ ہوا۔ انہوں نے اپنی تکلیف کا مجھ سے ذکر کیا۔ میں نے ان کو یہی سفوف استعمال کرایا اللہ تعالیٰ نے انہیں شفا دی اور اب وہ گھر میں یہ دوائی مستقل رکھتے ہیں۔

میرا پوتا محمد جس کا پیٹ پیدائش سے ہی خراب رہتا تھا اور اکثر اسہال کا شکار رہتا تھا، گوجرانوالہ کے دو معروف چائلڈ سپیشلسٹ سے علاج کرایا مگر افاقہ نہ ہوا۔ گوجرانوالہ کے ایک معروف حکیم صوفی احسان صاحب ہیں ان سے بھی تقریباً دو ماہ تک علاج کرایا مگر افاقہ نہ ہوا۔ میں نے یہی دوا تیار کر کے دی اور اس کا استعمال شروع کر دیا۔ تیسرے دن سے افاقہ ہونا شروع ہو گیا اور اب وہ دن میں دو مرتبہ پاخانہ کرتا ہے اور مکمل طور پر شفایاب ہو چکا ہے۔ اسہال اور انتڑیوں کی کمزوری کے لیے لاجواب علاج ہے۔

نسخہ ھوالشافی: انجبار، ہرڑ سیاہ، سونف تمام اجزاء ہم وزن لیکر سفوف تیار کرلیں۔ بڑوں کے لیے خوراک 5 تا 6 گرام دن میں تین مرتبہ، بچوں کے لیے حسب عمر 3 سے 4 چٹکیاں۔

اذان کے کرشمات

ماہنامہ عبقری میں پڑھا کہ روزانہ گاڑی سٹارٹ کرنے سے پہلے صبح گاڑی کے اندر ایک مرتبہ اذان دے دیں ان شاء اللہ حادثات سے محفوظ رہے گی۔ میں نے اس عمل کو آزمایا اور گاڑی حادثات سے محفوظ ہو گئی۔ ہوا کچھ اس طرح کہ میرے بیٹے کا جون 2006 میں کار کا ایکسیڈینٹ ہو گیا اور گاڑی ورکشاپ چلی گئی۔ 4 جنوری 2007 کو ورکشاپ سے واپس آئی۔ میں 5 جنوری 2007 کو چھوٹے بھائی کو جو حج سے واپس آرہے تھے، لاہور لینے آیا۔ گاڑی الحمرا چوک میں اشارہ پر رکی ہوئی تھی۔ کہ پیچھے سے آنے والی ایک گاڑی نے کھڑی گاڑی کو ٹکر ماردی اور یوں ہماری گاڑی بے کار ہو گئی اور بھائی کو دوسری گاڑی پر گوجرانوالہ لے گئے۔ اپنی گاڑی دوبارہ گوجرانوالہ لے جا کر ورکشاپ داخل کر دی۔ اب جب گاڑی ٹھیک ہو کر واپس آئی تو میں اتنا خوفزدہ ہو گیا تھا کہ میں نے بچوں سے کہا کہ اسے کھڑی کر دو اور مت چلاؤ بلکہ بیچ ڈالو۔ اسی اثناء میں ماہنامہ عبقری میں اذان کے بارے میں پڑھا کہ اگر گاڑی چلانے سے پہلے اس کے اندر اذان دے دی جائے تو حادثات سے محفوظ رہتی ہے۔ میں نے بچوں کو یہ عمل کرنے کو کہا اور گاڑی چلانے کی اجازت دے دی۔ الحمدللہ اس دن سے گاڑی محفوظ ہو گئی ہے اور کوئی حادثہ پیش نہیں آیا۔ اللہ تعالیٰ آئندہ بھی محفوظ رکھے اور اللہ تعالیٰ حکیم صاحب کو خیر اور بھلائی بانٹنے کی مزید توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

نسیان: دن میں دو تین بار دارچینی کا ٹکڑا منہ میں ڈال کر چبانے سے مرض نسیان دور ہو جاتا ہے

لا علاج امراض کا علاج

سورۃ الکافرون ایک ہزار ایک مرتبہ (1001) مرتبہ بسم اللہ پڑھ کر تیل سرسوں یا زیتون پر دم کر لیں اور صبح شام یا نماز کے اوقات میں مریض کے دونوں کانوں میں ایک ایک قطرہ ڈالیں۔ پہلے دائیں کان میں پھر بائیں کان میں۔

تجربات:۔ ہمارے ایک دوست فاروق چودھری صاحب کو ہیپا ٹائٹس سی ہوا۔ اس کے علاج کے بعد ٹی بی کے مریض ہو گئے اور نوبت یہاں تک آئی کہ بائیں پھیپھڑے میں پانی پڑ گیا اور ڈاکٹر نے نالی لگا کر بوتل لگا دی اور پانی اس بوتل میں جمع ہوتا رہتا تھا۔ کافی مایوسی کا شکار تھے اس لیے کہ مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ فاروق چودھری صاحب کو یہ دم کیا تیل استعمال کرایا اب وہ شفایاب ہو چکے ہیں۔ اور بھرپور زندگی گزار رہے ہیں۔ الحمدللہ۔

جھنگ کے علاقہ احمد پور سیال کے ایک شخص کا پتا پھٹ گیا اور زہر کا اثر پورے جسم میں پھیل گیا۔ اس شخص کو لاہور ایک ہسپتال میں داخل کرایا گیا۔ ہمارے ایک دوست یوسف صاحب نے آکر اسے ڈاکٹر کی اجازت سے یہ دم کیا ہوا تیل استعمال کرایا۔ ڈاکٹر چونکہ وقفہ وقفہ سے اس کا ٹیسٹ کر رہے تھے تو تیل کے استعمال کے بعد وہ حیران ہوئے کہ زہر تیزی سے کم ہونا شروع ہو گیا ہے۔ انہوں نے یوسف کو بلوایا اور دوا کے بارے میں دریافت کیا اس نے ڈاکٹر کو بتایا کہ میں نے تو یہ تیل مریض کے کانوں میں ڈالا ہے۔ ڈاکٹر نے لیبارٹری سے تیل کا تجزیہ کرایا تو وہ ہائی پوٹینسی انٹی بائیٹک پایا گیا۔ ڈاکٹروں نے یوسف سے تیل کے اجزاء پوچھے تو یوسف نے بتایا کہ تیل سرسوں کا ہے۔ ڈاکٹر ماننے کے لیے تیار نہ تھے۔ بڑی مشکل سے ان کو سمجھایا گیا کہ یہ دم کیا ہوا تیل ہے اور اللہ تعالیٰ کے کلام کا اثر ہے۔ یوسف صاحب لیبارٹری ٹیسٹ کی اطلاع دینے خصوصی طور پر سپیشل میرے پاس گوجرانوالہ آئے۔

بسم اللہ کے اثرات

کنجوس آدمی بھی کام کرنے پر مجبور: صدر ایوب خان کے دور حکومت کا وقت تھا کہ پاکستان میں قحط پڑا تھا۔ گندم کی سخت کمی تھی اور دیگر اجناس متبادل کے طور پر استعمال ہو رہی تھیں۔ میرے چچا ہمارے گھر آئے اور گندم یا گندم کے آٹے کے لیے کہا۔ میں اور امیؒ اس وقت گھر میں تھے۔ امی نے بتایا کہ بھائی گندم ہے اور نہ گندم کا آٹا۔ ابا جان کے چچازاد اللہ داد خان کے پاس گندم کافی مقدار میں موجود تھی مگر وہ سخت کنجوس تھا اور دیتا کسی کو نہیں تھا خصوصاً ہمیں۔ امی نے اس کا ذکر کیا۔ چچا جان نے مجھے بھیجا کہ اللہ داد خان کے پاس جاؤ اور میرا بتاؤ کہ وہ گندم لینے آئے ہیں اور ساتھ ہی مجھے بتایا کہ مسلسل بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھتے جاؤ۔ میں بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھتا ہوا گیا اور چچا کا پیغام پہنچایا تو انہوں نے کہا کہ جاؤ برتن لے آؤ اور گندم لے جاؤ میں نے گھر جا کر یہ بتایا تو امی بڑی حیران ہو گئی کہ اللہ داد خان نے گندم دے دی تو چچا جان نے بتایا کہ بسم اللہ کا اثر ہے۔

انمول خزانے کی برکات:۔ میرے ایک دوست ایک سکول ٹیچر تھے۔ وہ برخواست کر دیئے گئے۔ میں نے انہیں ماہنامہ عبقری پڑھنے کو دیا اور ساتھ ہی حکیم صاحب سے رابطہ کرنے کو کہا انہوں نے بذریعہ خط آپ سے رابطہ کیا اور آپ نے دو انمول خزانے ان کو ارسال کر دیئے۔ آپ کے بتائے ہوئے طریقہ پر انہوں نے عمل کیا۔ ان کی ٹیچر والی نوکری تو بحال نہ ہو سکی البتہ جلد اس سے بہتر نوکری مل گئی۔ آج کل وہ ایک سی این جی کمپنی کے زونل مینیجر ہیں۔

اسم الٰہی کی برکات:۔ ہمارے کالج میں ایک ناپسندیدہ ٹیچر تھی لیکن انتظامیہ اس کی دوست تھی۔ اور اسے نکالنے کو تیار نہ تھی تمام سٹاف بہت پریشان تھا میں نے حصن حصین میں ایک عمل پڑھا اور اس پر عمل کیا۔ عمل ختم ہونے سے پہلے وہ خود استعفیٰ دے کر چلی گئی۔ وظیفہ **"یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ"** حصن حصین مطبوعہ تاج کمپنی سے دیکھ لیں۔ علاوہ ازیں اسی کالج کے وائس پرنسپل کو برخواست کر دیا گیا میں نے پرنسپل کے لیے یہ عمل کیا انتظامیہ کے ذمہ داران کو لینے گھر پہنچ گئے۔

نگاہ مرد مومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں:

یہ 1986ء کا واقعہ ہے جب ہم تبوک میں عسکری فرائض سر انجام دے رہے تھے۔ میں اور چند ساتھی عمرے کے لیے گئے ہم پہلے مدینہ منورہ گئے اور بعد میں مکہ معظمہ جانا تھا مدینہ منورہ چند اور ساتھیوں سے ملاقات ہوئی جو عمرہ کر کے واپس تبوک جا رہے تھے۔ میں نے ان ساتھیوں کی ملاقات مولانا سعید احمد خانؒ سے کروائی۔ یہ نماز عصر سے کچھ پہلے کا وقت تھا جونہی ہم پہنچے تو حضرت کے پاس مٹھائی کا ہدیہ آیا ہوا تھا۔ وہ تقسیم کرایا اسی اثنا میں نماز عصر کی اذان آنا شروع ہو گئی۔ حضرت نے تمام لوگوں کو فرمایا کہ جاؤ نماز عصر مسجد نبوی میں جا کر ادا کرو اور نماز مغرب کے بعد یہاں آکر کھانا کھانا۔ نہ وعظ ہوا اور نہ نصیحت۔ اگلے روز وہ ساتھی تبوک چلے گئے اور ہم مکہ معظمہ کے لیے روانہ ہو گئے۔ ہم جب عمرہ ادا کرنے کے بعد واپس تبوک پہنچے تو دیکھا کہ مولانا سعید احمد خانؒ سے ملاقات کرنے والے ایک نوجوان احمد حسن کی داڑھی بڑھی ہوئی ہے میں نے سوال کیا احمد داڑھی رکھ لی ہے یا رہ گئی ہے؟ احمد حسن نے بتایا کہ جس دن آپ نے مولانا سعید احمد خانؒ سے ملاقات کروائی تھی تو مجھے شرم آ رہی تھی کہ میں اس اللہ کے ولی کے سامنے بغیر داڑھی کے کیوں آ گیا ہوں؟ وہیں ارادہ کیا اور شیو نہیں کی۔ سبحان اللہ۔ اللہ کے ولی کی نظر نے کام کر دکھایا۔

مولانا سعید احمد خانؒ مخلوق خدا کے خیرخواہ:

1987ء کے موقع کی بات ہے۔ حج سے قبل میں اپنی فیملی کے ساتھ 40 نمازیں مسجد نبوی میں ادا کرنے کے لیے مدینہ میں مقیم تھا۔ جب موقع ملتا مولانا سعید خانؒ کی دعائیں لینے پہنچ جاتا۔ ایک دن حضرت کے پاس بیٹھے تھے کہ ایک شخص آپ سے ملاقات کے لیے آیا۔ حضرت نے خیر وخیریت دریافت کرنے کے بعد پوچھا کہ کہاں مقیم ہو اور کب آئے کہ اس شخص نے کہا کہ آج ہی آئے ہیں اور فلاں جگہ مقیم ہیں۔ غالباً یہ شخص انڈیا سے حج کے لیے آیا تھا۔ حضرت نے اپنے بیٹے کو بلایا اور فرمایا کہ اپنی گاڑی پر لے جاؤ اور اپنے فلاں مکان میں اس کو اور اس کی فیملی کو شفٹ کر دو یہ کہاں اتنا خرچہ برداشت کریں گے۔ ان کا بیٹا اسی وقت اس شخص کو لیکر چلا گیا اور شفٹ کر دیا۔ عجیب درد تھا مخلوق خدا کا۔

حرم نبوی میں فیض حاصل کرنے کا عجیب راز:

میرے ایک دوست کرنل حمید صاحب پچھلے چھ سات برس سے ہر سال رمضان شریف میں عمرہ کے لیے اور پھر حج کے لیے تشریف لے جاتے ہیں۔ فرمانے لگے کہ جب مسجد نبویؐ میں جائیں تو کسی انہونی سی چیز کی ضد لگا لیں۔ آپ یہ کہہ کر بیٹھ جائیں اور ذکر واذکار میں مشغول ہوں ہیں کہ میں نے تلاوت کرنی ہے تو تفسیر عثمانی والے قرآن سے کرنی ہے اور انتظار کریں۔ ایک وقت آئے گا کہ ایک شخص آپ کے پاس تفسیر عثمانی لے کر آ جائے گا اور کہے گا کہ لو تفسیر عثمانی اور تلاوت کرو۔ اب آپ اس شخص سے آداب پیغمبر ﷺ سیکھیں اور فیض حاصل کریں۔ یا کسی ایسی سبزی کے سالن کی ضد لگا لیں جو اس موسم میں نہیں ہے مثلاً بھنڈی بازار میں نہیں ہے۔ آپ یہ ضد لگا لیں کہ میں نے بھنڈی کے سالن سے کھانا کھانا ہے ورنہ نہیں، ایک وقت آئے گا کہ کوئی شخص آپ کو لے جائے گا اور بھنڈی کا سالن دے کر کہے گا کہ کھانا کھا لو اب اس شخص سے آداب حرم نبوی سیکھیں اور فیض یاب ہوں۔

بغیر الارم لگائے نماز تہجد کے لیے جاگنا:

آج کل نیند سے بیدار ہونے کے لیے گھڑیوں اور موبائل فون میں الارم لگے ہوئے ہیں لہذا آپ جب بیدار ہونا چاہیں۔ الارم لگا کر سو جائیں گھنٹی بجے گی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

(بقیہ قارئین کے سوال اور قارئین کے جواب)

اس کا پانی دم کر کے بچوں کو پلائیں۔ (خالدہ نذیر۔ بحرین)

☆ آپ بچوں پر 786 بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم روزانہ دم کریں میرا بار بار کا تجربہ ہے (عاصمہ ولایت حسین۔ ملتان)

ماہ اپریل 2008 کے سوالات

☆ میں عبقری بہت شوق سے پڑھتا ہوں۔ ایک ایک رسالہ سنبھال کر رکھتا ہوں، عبقری کے ہر وظیفے اور علاج پر مجھے بہت اعتماد ہے اور دل کی گہرائیوں سے یقین ہے۔ قارئین کے سوال و جواب کا سلسلہ بہت نفع مند ہے۔ اس سے میں نے بہت چیزیں آزمائیں، نفع اور فائدہ ہوا۔ اس دفعہ قارئین کی محفل میں ایک مسئلہ لایا ہوں کہ میرے دانتوں یعنی مسوڑھوں سے خون نکلتا ہے بعض اوقات کھانا کھاتے ہوئے ایسا ہوتا تو کھانا بے مزہ ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ اگر صرف انگلی لگالوں تو بھی طبیعت بے ذوق ہو جاتی ہے اور خون بہنے لگتا ہے اس کا علاج بتائیں لیکن آسان ہو۔ (عبدالقدیر۔ ڈیرہ مراد جمالی)

☆ میری آنکھیں اکثر سرخ رہتی ہیں چاہے گرمی ہو یا سردی۔ تیز روشنی سے اور زیادہ تکلیف ہوتی ہے لوگوں کو چاندنی رات بھلی محسوس ہوتی ہے لیکن میں پریشان ہوتا ہوں کئی دوائیں اور ڈراپ استعمال کیے لیکن فائدہ نہ ہوا۔ (خالد عثمانی۔ کراچی)

☆ میں ٹرین میں سفر کر رہا تھا کسی نے مجھے نشہ آور چیز کھلا دی سب کچھ لوٹ لیا۔ میں بہت عرصہ بیمار رہا اب باقی تو تندرست ہو گیا ہوں لیکن یادداشت بالکل ختم ہو گئی ہے۔ بعض اوقات اپنا گھر، گلی اور بچوں تک کے نام بھول جاتا ہوں۔ بہت ٹیسٹ کرائے۔ قیمتی ترین ٹیسٹوں اور ادویات پر لاکھوں خرچ ہوئے۔ بالکل ویران ہوں، قارئین عبقری اپنا تجربہ بتائیں خاص طور پر بزرگ عورتیں بتائیں (عشرت علی۔ ہری پور)

☆ میں عرصہ دراز سے ایڑھیوں کے پھٹنے سے پریشان ہوں لوگوں کی ایڑھیاں تو سردی میں پھٹتی ہیں لیکن میری ایڑھیاں سردی، گرمی، بارش، خزاں، بہار ہر وقت پھٹتی ہیں۔ اس کا کوئی علاج ہو جائے۔ ان ایڑھیوں کی وجہ سے احساس کمتری کا شکار ہوں۔ (شہلا کوثر۔ گوجرانوالہ)

☆ میری والدہ اچانک مجھ سے جدا ہو گئیں۔ لوگوں نے میرے اوپر جادو کر دیا اور میری دن بدن صحت گرتی جا رہی ہے۔ اب ہر وقت ڈر لگتا ہے، بے چینی رہتی ہے، جسم ٹوٹا ٹوٹا رہتا ہے۔ مایوسی کے خیالات آتے ہیں۔ خودکشی کی کئی بار کوشش کر چکی ہوں۔ کوئی گھریلو خاتون یا اللہ والا مرد جو وظائف سے تعلق رکھتا ہو، مجھے وظیفہ یا توڑ بتادے (رشیدہ خاتون۔ بہاولپور)

آٹے کا کیا ہوا؟

مچھلیوں نے دریا سے سر نکالے، ان میں سے ہر ایک کے منہ میں ایک ایک موتی تھا

ایک مرتبہ لوگوں نے حضرت علیؓ کی خدمت میں زمانے کی شکایت کی۔ آپؓ نے ان سے فرمایا: ''زمانے کو برا مت کہو'' کسی نے کہا ''ہمیں زمانے سے کئی شکایتیں ہیں۔ لیکن سب سے بڑی شکایت یہ ہے کہ یہ ہمیں یاد نہیں رکھے گا۔'' آپؓ نے فرمایا ''تم زمانے پر احسان کرو، یہ تمہیں یاد رکھے گا''، بعض نے کہا'' جنہوں نے لوگوں پر احسان بھی کیے زمانے نے انہیں بھی بھلا دیا۔'' حضرت علیؓ نے فرمایا ''بار بار احسان کرو۔ احسان کرنے میں کبھی نہ تھکو۔ پھر دیکھنا یہ کوشش کے باوجود تمہیں بھلانے میں ناکام رہے گا۔''

حضرت معروف کرخیؒ کے خاندان میں کوئی شادی کی تقریب تھی ان کے بھائی نے ان کو اپنی دکان پر بٹھا دیا تاکہ وہ اس کی رکھوالی کریں۔ انہیں دکان پر بیٹھے دیکھ کر سائلوں کا تانتا بندھ گیا اور حضرت معروفؒ کسی سائل کو رد کرنا جانتے ہی نہ تھے۔ جو آیا اور اس نے جتنا مانگا وہ انہوں نے اس کے حوالے کر دیا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ دکان آٹے سے خالی ہو گئی۔ حضرت معروفؒ کے بھائی آئے تو انہوں نے پوچھا کہ ''آٹا کا کیا ہوا؟'''' آپ نے فرمایا'' آٹا کتنے کا تھا؟ پھر فرمانے لگے۔ وہ دیکھو اس صندوق میں اس کی تمام قیمت محفوظ ہے۔ حضرت معروفؒ کے بھائی نے صندوق کھول کر دیکھا تو واقعی اس میں تمام آٹے کی رقم موجود تھی۔

حضرت ذوالنونؒ ایک مرتبہ کشتی میں سفر کر رہے تھے ان کا ہم سفر ایک بڑا سوداگر بھی جو کئی قسم کے قیمتی جواہرات اور کثیر مقدار میں سونا ساتھ لے جا رہا تھا۔ اتفاق سے سوداگر کے یہ تمام جواہرات چوری ہو گئے۔ کشتی میں حضرت ذوالنونؒ کے مانند کوئی دوسرا غریب نہیں تھا۔ اس لئے کشتی کے لوگوں نے انہیں ملزم قرار دیا اور ان کو اذیت پہنچانے پر آمادہ ہو گئے۔ حضرت ذوالنونؒ نے یہ دیکھ کر آسمان کی جانب دونوں ہاتھ اٹھائے اور التجا کی ''اے خدا جو حقیقت حال ہے تو اسے خوب جانتا ہے'' ان کا یہ کہنا تھا کہ کئی مچھلیوں نے دریا سے سر نکالے، ان میں سے ہر ایک کے منہ میں ایک ایک موتی تھا۔ حضرت ذوالنونؒ نے یہ موتی ان مچھلیوں سے لے لئے اور سوداگر کے حوالے کر دیئے۔ اس عجیب و غریب واقعے کو دیکھ کر کشتی کے تمام مسافر حیران رہ گئے اور فوراً سب نے آپ کے قدموں پر گر کر آپ سے معافی طلب کی۔

مجذوبی مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس' مسنون ذکر خاص' مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اہتمام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

محمد وکیل خان...... عیسیٰ خیل۔ امیر اسلم...... میانوالی۔ صحبت اللہ خان...... چمن بلوچستان۔ نادیہ خان...... سکردو۔ بہادر خان ڈوگر...... ملتان۔ ریحانہ...... نارووال، رمضان...... کراچی عاصمہ بٹ...... آزاد کشمیر۔ عبدالرحمٰن میمن...... جڑانوالہ۔ عبدالجبار...... چک جھمرہ۔ امتیاز احمد رندھاوا...... مظفر گڑھ۔ محمد وسیم...... آزاد کشمیر۔ معظم بیگ...... لنڈی کوتل۔ محمد رفیق...... جڑانوالہ۔ محمد عمران...... میانوالی۔ طارق...... کوئٹہ ڈاکٹر عبدالحمید...... کوئٹہ۔ نورین بیگم...... جھنگ۔ لیلیٰ خان...... روڈی۔ محمد انور...... بورہ وہاڑی۔ تبسم الٰہی...... وزیر آباد۔ عائشہ بی بی...... ڈیرہ نواب۔ نور الٰہی...... گوجرانوالہ۔ محمد یونس...... چھانگا مانگا۔ صوفی جاوید...... جہانیاں منڈی۔ انشاء بی بی...... قلات۔ حبیب اللہ شاہ...... مظفر گڑھ۔ علی ریحان...... شکر گڑھ۔ محمد آصف پراچہ...... سرگودھا۔ شیریں رحمٰن...... اسلام آباد۔ شوکت علی...... میلسی۔ قاری رزاق...... شورکوٹ۔ نور العین...... پنڈی۔ موسیٰ خان...... پشاور محمد اقبال...... ساہیوال۔ محمد ستار...... پاکپتن۔ ندیم اختر...... چشتیاں۔ فضل الرحمٰن...... رحیم یار خان۔ ریحانہ خان...... خان پور۔ تسنیم رانا...... کھڑریانوالہ۔ احمد علی...... کراچی کشور ناہید رانا...... واہ کینٹ۔ عبداللہ...... وزیر آباد۔ وقار احمد بھٹی...... فیصل آباد۔ سمعیہ...... حیدرآباد۔ جیلہ...... مری عبدالخالق...... حضرو اٹک۔ اس کے علاوہ بے شمار نام

درس کی سی ڈیز اور کیسٹ

قارئین کے مسلسل اصرار کے بعد الحمدللہ ہر منگل حکیم صاحب کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔ قیمت سی ڈی 40 روپے کیسٹ 35 روپے ڈیمانڈ کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

شریعت پر عمل اور رحمتوں کا نزول

حضور ﷺ کا فرمان ہے کہ اگر گاہک سودا لے جائے، پھر اس کو پسند نہ آئے اور واپس کردے تو دُکاندار خوشی سے اس کو دام واپس کردے اور سودا واپس لے لے تو اللہ تعالیٰ اس دُکاندار کو بہت بہترین محل جنت میں عنایت فرمائیں گے

(تحریر: پروفیسر، ڈاکٹر نور احمد نور۔ فزیشن ملتان)

حضور اقدس ﷺ کی ناراضگی: ایک پاکستانی ہمارے ساتھ مدینہ منورہ میں اسی ہسپتال میں کام کرتا تھا جہاں ہم پریکٹس کررہے تھے۔ اس کی ایک بہت بری عادت یہ تھی کہ وہ سعودی حضرات کے رہنے سہنے، کھانے پینے اور لباس وغیرہ پر بہت مذاق کرتا تھا اور ایسے فقرے کستا جس سے ہم ہنسنا شروع ہوجاتے۔ ہر قوم میں کمزوریاں ہوتی ہیں، یہ ان کو بہت اچھالتا تھا۔ یہ سلسلہ چلتا رہا۔ ایک دن صبح کے وقت جب وہ ڈیوٹی پر آیا تو بہت گھبرایا ہوا تھا اور رو رہا تھا۔ یہ سلسلہ دوسرے دن بھی جاری رہا۔ لوگوں نے مشہور کردیا کہ شاید اس کا جھگڑا بیوی سے ہوگیا ہے جس کی وجہ سے پریشان ہے۔ میں اس سے ملا، ہمدردی ظاہر کی تو اس نے کہا کہ میں نے تو اپنے اوپر ظلم کیا۔ اب میرا کیا بنے گا۔ میں نے تفصیل پوچھی تو بتایا کہ خواب میں مجھے حضور ﷺ نے ڈانٹ کر بہت غصے ہو کر فرمایا کہ ''جنہوں نے تمہیں دین دیا ان کا مذاق اڑاتے ہوئے شرم نہیں آتی۔'' وہ کہنے لگا اس وقت سے میں استغفار کررہا ہوں۔ اب پھر ساری زندگی یہ بکواس نہیں کروں گا اور واقعی اس نے اپنی زندگی میں نمایاں تبدیلی ظاہر کی اور پھر کوئی غلط بات نہ کی۔

تجارت:۔ تجارت اللہ کے فضل سے صاف شفاف تھی۔ کسی چیز کا ایک دام بتاتے تھے۔ حرمین شریفین کے بازاروں میں غیر ملکی بہت سودا بازی کرتے ہیں اور بھاؤ کم کرانے کے عادی ہوجاتے ہیں اس لیے دام ایک نہیں بتائے جاتے۔ سعودی دکاندار جب (**اللھم صل علی محمد**) کہہ دے تو یہ آخری دام سمجھا جاتا تھا۔ ایک دن میں بازار سے آٹا لینے گیا، کئی قسم کے آٹے رکھے تھے۔ میں نے دکاندار سے اچھی جنس پوچھی تو دکاندار نے صاف کہا کہ اس کا علم اللہ تعالیٰ کو ہے، اس کے دام میں بتادیتا ہوں آپ جو بھی پسند کریں...... میرے کلینک کے سامنے ایک سعودی دکاندار کی سائیکلوں کی دکان تھی۔ جب میں وہاں سے گزرا تو اس نے کہا کہ پاکستانی حرامی ہیں (حرامی وہاں چور کو کہتے ہیں) میں دکاندار کے پاس گیا اور اس سے پوچھا آپ پاکستانیوں سے ناراض کیوں ہیں۔ اس نے بتایا کہ میں نے پاکستانیوں سے تجارت کی۔ دو سو سائیکل منگوائے جن میں سے پانچ سائیکل خراب تھے۔ میں پاکستانی دکاندار کو لکھ چکا ہوں مگر جواب ندارد۔ پھر میں نے تنگ آکر ہندوستانی دکاندار کو سائیکلوں کا آرڈر دیا۔ دو سو سائیکلوں میں سے تین خراب تھے۔ میں ان کو لکھا تو چند دنوں میں انہوں نے معذرت نامہ لکھا اور دس سائیکل مفت بھیج دیئے۔ اسی طرح کا معاملہ میرے ساتھ مدینہ منورہ میں ہوا۔ وہاں کے ایک تاجر سے بریف کیس کے لیے کہا۔ وہ بریف کیس لے آیا اور وہ میں نے پسند کیا اور دام پوچھے۔ وہ دکاندار ایک خراب بریف کیس اندر سے لے کر آیا اور مجھے زبردستی دینے لگا اور بدتمیزی بھی کی۔ میں نے دکاندار سے آرام سے بات کی اور کہا کہ آپ مجھ سے ناراض ہورہے ہیں۔ سعودی دکاندار نے کہا اچھا بریف کیس پاکستانیوں نے بطور نمونہ بھیجا اور یہ خراب سپلائی کیا۔ تم پاکستانی ہو یہ خراب لے کر جاؤ۔ میں نے لینے سے انکار کردیا تو زبردستی دینے لگا۔ میں نے اس سے معافی مانگ لی حالانکہ میری غلطی نہ تھی کیونکہ میں عرب حضرات سے سخت کلامی سے ہمیشہ گریز کرتا رہا ہوں۔

جوتیوں کے دکاندار سے جوتی لینے کے لیے گیا۔ بہت سے ممالک کے بہترین جوتے رکھے تھے، مگر سب سے خراب پاکستانی جوتا تھا۔ جس کو دیکھ کر شرم آئی۔ حضور ﷺ کا فرمان ہے کہ اگر گاہک سودا لے جائے، پھر اس کو پسند نہ آئے اور واپس کردے تو دکاندار خوشی سے اس کو دام واپس کردے اور سودا واپس لے لے تو اللہ تعالیٰ اس دکاندار کو بہت بہترین محل جنت میں عنایت فرمائیں گے، مگر ہمارے ملک پاکستان میں تو سنت کے خلاف ہورہا ہے۔ پاکستان کے دکاندار تو کیش میمو پر لکھ دیتے ہیں کہ ''خریدا ہوا مال واپس نہ ہوگا۔'' حالانکہ جب عرب حضرات نے ملیشیا اور انڈونیشیا میں تجارت کی تو حضور ﷺ کے فرمان کے مطابق تجارت کی جس کی وجہ سے وہ ان جزیروں پر چھا گئے اور سب جزیرے مسلمان ہوگئے۔

ایک عجیب واقعہ:۔ میں ایک دفعہ ایئر پورٹ کے ڈائریکٹر کو ذاتی کام سے ملنے گیا۔ فوراً ملاقات ہوگئی۔ ابھی میں نے بات شروع ہی کی تھی کہ ایک بوڑھا بدو ڈائریکٹر کے دفتر میں جلدی سے داخل ہوا اور اونچی اونچی آواز میں ڈائریکٹر کو سخت سست کہنا شروع کیا۔ اس کے الفاظ غیر مہذب لوگوں کی طرح تھے۔ میں نے دیکھا کہ ڈائریکٹر صاحب دفتر سے فوراً نکلے اور غائب ہوگئے۔ اب بوڑھے بدو کو خاموش ہونا پڑا۔ تھوڑی دیر وہ دفتر میں دیکھتا رہا اور چلا گیا۔ جب ڈائریکٹر نے دیکھا کہ بڑے میاں چلے گئے ہیں تو دفتر میں آیا اور مجھے بتایا کہ اس ملک میں جھگڑا نہ ہونے کی وجہ یہی ہے کہ اگر آپ سے کوئی بدتمیزی کرے تو دفتر چھوڑ کر چلے جاؤ، معاملہ بڑھے گا نہیں۔ نیز اس نے بتایا کہ اس کی داڑھی سفید تھی جس کی میں قدر کرتا ہوں۔ یہ صرف دین سے لگاؤ کا اثر ہے۔ حج کے موقع پر جدہ ایئر پورٹ پر حجاج کی تلاشی اور اُن کے سامان کو اچھی طرح چیک کرتے ہیں مگر بوڑھے حاجیوں کو تنگ نہیں کرتے۔ باقی حضرات کو اچھی طرح چیک کیا جاتا ہے۔ اسی طرح عورتوں کو بھی معاف نہیں کیا جاتا۔

دیانت و اعتماد:۔ آپس میں ایک دوسرے کا سلوک بہت اچھا تھا اور ایک دوسرے پر اعتماد بہت کرتے۔ ایک دفعہ بنک میں میں اپنے کام کے لیے گیا تو ایک سعودی ریالوں کا بنڈل لایا اور خزانچی کو بنڈل اور اکاؤنٹ نمبر دے کر جانے لگا۔ خزانچی نے رقم کی تفصیل دریافت کی تو مالک نے کہا کچھ لاکھ ریال ہیں ان کو گن کر میرے اکاؤنٹ میں جمع کردینا۔ اس نے خود گننے کی تکلیف گوارا نہ کی۔

سادگی، مساوات:۔ دین پر عمل کرنے کی وجہ سے افسران میں سادگی بہت زیادہ تھی۔ وزیر، اس کے کلرکوں اور چپڑاسیوں کا ایک ہی لباس تھا۔ صرف جب کرسی پر بیٹھے ہوتے تو فرق کا پتہ چلتا۔ اسی طرح تمام ملازمین خواہ وزیر یا چپڑاسی ہو، اکٹھے نماز پڑھتے۔ ایک دفعہ میں وزیر صحت کو ملنے گیا۔ جماعت ہو رہی تھی، میں جماعت میں شریک ہوگیا۔ نماز کے بعد جب وزیر صحت کو ملنے گیا تو میرے ساتھ نماز وہی پڑھ رہا تھا۔ کئی ضیافتوں میں شرکت کی تو یہ دیکھا کہ وزیر، ڈائریکٹر، ان کے ڈرائیور اور کلرک، کھانا ایک ساتھ اکٹھے کھاتے تھے۔ اگر کسی کام کے لیے درخواست لکھنی ہوتی تو درخواست کے اوپر ''جناب عالی گزارش ہے'' کی بجائے المحترم۔ السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ'' لکھتے تھے اور درخواست کے اخیر میں ''والسلام'' کے بعد اپنا پورا نام اور پتہ لکھ دیتے تھے۔ سننے میں آیا کہ اگر وزیر یا ڈائریکٹر کی بیگم سعودی ہوتی تو اپنی نوکرانیوں کے ساتھ اکٹھی بیٹھ کر کھانا کھاتی ہے۔ ہمارے اسپتال کے معائنہ کے لیے ایک دفعہ وزیر صحت آئے۔ اسپتال میں کوئی تیاری نہ کی گئی، حتیٰ کہ جھاڑو تک نہ دیا گیا۔ تمام ملازمین اپنے کاموں میں مشغول رہے۔ اسپتال کے سربراہ نے وزیر صاحب کو تمام اسپتال کا دورہ کرایا۔ میں مریضوں کو دیکھنے میں مشغول تھا۔ وزیر صاحب مجھے دفتر میں ملے۔ نہ پولیس ساتھ تھی نہ ہٹو بچو کی بات تھی۔ وزیر صاحب برآمدوں میں سڑک پر پبلک کے آدمیوں اور مریضوں کو مل رہے تھے اور ان کی مشکلات پوچھ رہے تھے۔ یہ سارا معاملہ دین کی برکت سے تھا۔

پولیس:۔ وہاں کی پولیس تو لوگوں کے لیے رحمت تھی۔ غریب لوگوں کی مدد کرنا، ان کے مسائل متعلقہ محکموں تک لیجانا، حادثات کی صورت میں لوگوں کی مدد کرنا پولیس کا کام تھا۔ لوگ پولیس کے ذریعے مسائل حل کرواتے تھے اس لیے اختلافات، دشمنیاں دیکھنے میں نہ آتی تھیں۔ مجرم کو سزا ضرور ملتی خواہ جتنا ہی بڑا افسر ہوتا۔ میں ایک بڑے افسر کے ساتھ اس کی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

(بقیہ: جوار کی روٹی سے مہلک بیماریاں دور)

پہلے TRIGLYCERIDE 438 اب 173۔ پہلے یورک ایسڈ 10 اب 5۔ اس طرح دوسرے ٹیسٹوں کی صورت حال تھی۔ میں نے مارکیٹ کے اس محسن کو بتایا کہ یہ صورت حال ہوئی۔ اطمینان سے کہنے لگے کہ بس اب تم تندرست ہوگئے ہو اسے چھوڑ دو لیکن میں اسے مزید استعمال کرتا رہا۔ مزید استعمال سے میرے اندر قوت، طاقت، انرجی اور نئی زندگی آنا شروع ہوگئی۔ اب بھی کبھی کبھی استعمال کرلیتا ہوں۔ دل چاہتا ہے کہ اس غذا کو زندگی کا معمول بنالوں۔

قارئین ماجد رسول خان کی بیماری اور صحت کی کہانی پڑھ لی۔ اب میرا تجربہ سنیں۔ جوار، باجرہ، مکئی اور چنا برابر وزن لے کر باریک پسوا لیں اس کی روٹی، کھیر اور دیگر بہترین ڈشیں استعمال کریں۔ شوگر، ہائی بلڈ پریشر، جوڑوں کے درد، جسم کی کمزوری، اعصابی کھچاؤ، بدہضمی، تیزابیت اور کھٹے ڈکار، جسم کا بڑھنا اور پھولنا یہ تمام امراض بالکل ختم ہو جاتے ہیں۔ ایک نہیں بے شمار واقعات میرے تجربہ میں ہیں کہ لوگوں نے کس طرح شفایابی پائی اور مایوس مریض کس طرح تندرست ہوئے۔ آپ بھی ضرور آزمائیں۔ قارئین ہربل شفائی ٹوٹکوں نسخوں اور تجربات کا متلاشی رہتا ہوں۔ جب بھی کوئی لاجواب نسخہ ملتا ہے۔ آپ کی نذر کرتا ہوں آپ سے درخواست ہے کہ آپ بھی اپنے تجربات مشاہدات ضرور تحریر کریں تاکہ صدقہ جاریہ بنیں منتظر رہوں گا۔ ویسے اگر صرف جوار کی روٹی بھی استعمال کریں تو ماجد رسول خان کے فوائد لیں گے۔

(بقیہ: قارئین کی خصوصی تحریریں)

آپ بیدار ہو جائیں گے لیکن مسئلہ وہاں پیدا ہوتا ہے جہاں آپ اور لوگوں کو تکلیف دیئے بغیر بیدار ہونا چاہتے ہیں۔ گھڑی یا موبائل فون کے الارم سے تو کمرے میں سوئے ہوئے تمام لوگ جاگ جائیں گے۔ اب ایسی صورت میں کیا کیا جائے۔ مجھے ایک حافظ صاحب نے ایک عجیب نسخہ بتایا آپ جاگ بھی جائیں گے اور آپ کے ساتھی بھی ڈسٹرب نہیں ہونگے۔

نسخہ یہ ہے سبحان اللہ 33 مرتبہ الحمدللہ 33 مرتبہ اور اللہ اکبر 34 مرتبہ۔ طریقہ جب آپ سونے لگیں تو مندرجہ بالا تعداد کے مطابق پڑھ کر یہ کہیں کہ اے فرشتو جن کی ڈیوٹی میرے ساتھ لگی ہے مجھے فلاں وقت پر جگا دینا اللہ تعالیٰ آپ کو جزا دے گا تو مقررہ وقت پر فرشتے آپ کو جگا دیں گے میرا ذاتی آزمودہ تجربہ ہے۔ **نظر بد کے تجربات:** (1) ایک مرتبہ میری والدہ گائے کا دودھ نکال رہی تھی اور ساتھ ہی ایک مستری دیوار بنا رہا تھا۔ اچھی گائے تھی دودھ بھی ٹھیک ٹھاک دیتی تھی وہ مستری دیکھتا رہا اور والدہ سے پوچھا کہ یہ گائے کہاں سے لی ہے۔ والدہ نے بتایا کہ گھر کی ہے یہ صبح کا وقت تھا جب شام کو والدہ دودھ نکالنے لگی تو دودھ کی بجائے تھنوں سے خون نکلا۔ (2) ہمارے ایک رشتہ دار رجب خان تھے۔ بھیڑ بکریوں کے بیوپاری تھے۔ جب کسی سے سودا نہ بن پڑتا تو نظر بد لگا دیتے تھے اور ان کے جانے کے بعد وہ جانور مر جاتا تھا۔ کئی مرتبہ ایسے ہوا یہاں تک کہ لوگ ان سے سودا نہیں کرتے تھے بلکہ ان کو دیکھ کر اپنے جانور چھپا لیتے تھے۔ (3) میرے دو اور رشتہ دار ہیں۔ ایک فوت ہوگیا ہے اس کا نام اللہ داد خان تھا دوسرا ابھی زندہ ہے اس کا نام امیر خان ہے۔ یہ دونوں ضد لگا کر نظر بد لگاتے تھے۔ ایک دفعہ اللہ داد خان گیا۔ امیر خان کی بھینس کو نظر بد لگا آیا وہ دوسرے دن مرگئی۔ جواباً امیر خان نے اللہ داد خان کی بیل کو نظر بد لگائی وہ موقع پر مرگیا۔ جناب حکیم صاحب حدیث پاک کا مفہوم ہے نظر بد اونٹ کو ہانڈی میں اور انسان کو قبر میں پہنچا دیتی ہے۔

(بقیہ: شریعت پر عمل اور رحمتوں کا نزول)

گاڑی میں جا رہا تھا۔ اس افسر نے No Entery کا بورڈ نہ پڑھا، اس لیے پولیس والوں نے پکڑ کر چالان کر دیا اور اس افسر کو جرمانہ دینا پڑا۔ ایک دن میں اپنے آؤٹ ڈور میں مریضوں کو دیکھ رہا تھا، مریضوں کی لمبی قطار لگی ہوئی تھی جس میں ایس پی اور ڈائریکٹر کھڑے ہوئے تھے۔ میں نے چپڑاسی بھیج کر ان کو اندر بلوایا، مگر ان دونوں نے یہ جواب دیا کہ یہ پاکستان نہیں، ہم اپنی باری پر آئیں گے۔

خصوصی عدالتیں: خانگی جھگڑے وقت پر ختم کرنے کے لیے یہ عدالتیں موجود تھیں۔ اسی طرح جائیداد، کرایہ داروں اور وراثت کے معاملات وکیلوں کے نہ ہونے کی وجہ سے جلدی ختم ہو جاتے۔ اسی وجہ سے عدالتیں اکثر خالی نظر آتی تھیں۔

تعلیم: تعلیم کے متعلق گورنمنٹ بہت مدد کرتی تھی۔ تعلیم تمام مفت تھی بلکہ کتابیں بھی مفت تھیں تاکہ غریب تعلیم سے پورا پورا فائدہ اٹھا سکیں۔ تعلیم مکمل کرنے کے بعد نوکری دینا بھی سرکار کی ذمہ داری تھی۔ میرے خیال میں کوئی بھی دوسرا ملک اتنی امداد نہیں دیتا جتنی سعودی گورنمنٹ دیتی ہے۔ جب کسی سعودی کے گھر بچہ پیدا ہوتا تو پہلے دن سے ہی وظیفہ شروع ہو جاتا جو سکول اور کالج پر بڑھتا جاتا ہے۔

ازدواجی زندگی: سعودی حضرات کی ازدواجی زندگی بڑی پرسکون رہتی تھی جب تک ان کی بیگمات سعودی تھیں۔ ایک سعودی ڈائریکٹر نے مجھے اپنے گھر بلایا اور سعودی زندگی کی جھلک دکھائی۔ اس کی چار بیویاں تھیں۔ ایک بہت بڑے گراس پلاٹ کے چاروں کونوں پر ہر ایک بیوی کو علیحدہ کوٹھی بنادی تھی اور گراس پلاٹ میں ہر سائز کے لڑکے اور لڑکیاں کھیل رہے تھے۔ مجھے اس نے بتایا کہ اس کے 67 بچے اور بچیاں تھیں اور کیونکہ وہ امیر کبیر آدمی تھا، اس اولاد کی برکت سے اللہ تعالیٰ نے اس کو بہت کچھ دیا تھا۔ پھر اس نے بتایا کہ اگر کسی سعودی کے گھر کوئی غیر سعودی عورت مثلاً شامی یا مصری آجاتی تو گھر کا سکون برباد ہو جاتا۔ ایک دن اس ڈائریکٹر نے اپنی بڑی گاڑی میں 20 بچے دکھانے کے لیے لا کر ان کی لائن لگادی۔ وہ سب کھانسی سے بیمار تھے۔ میں جب مریض کا نام لکھتا تو بچے کا نام نہ باپ کو یاد تھا اور نہ ماں کو۔ صرف بچے یا بچی نے اپنا نام بتایا۔ سعودی ڈائریکٹر نے بتایا کہ ہمیں اللہ تعالیٰ نے اربوں ریال دیئے اور اتنی بڑی زمین دی۔ اس لیے اتنے بچے ہمارے لیے بوجھ نہیں۔ یہ سن کر میرا دل خوش ہوگیا۔

صدقہ خیرات: صدقہ خیرات، صحیح زکوٰۃ نکالنے میں یہ حضرات بہت خوش ہوتے تھے۔ دوسرے لوگوں پر خرچ کرنا ان کا شیوہ تھا۔ جو صحابہ کرامؓ کی عادات تھیں۔ اس وجہ سے سعودی عرب میں سوائے مکہ مکرمہ یا مدینہ منورہ کے جہاں بھی بھکاری ملتے ہیں وہ غیر ملکی ہیں اور کہیں آپ کو بھکاری نہیں ملے گا۔ سارے شہر میں ہم نے جس کو غریب سمجھا وہ کروڑ پتی نکلا، دوسروں پر خرچ کرنے کا نظارہ آپ رمضان المبارک میں حرمین شریفین میں بخوبی دیکھ سکتے ہیں۔ افطاری کے وقت سعودی حضرات منتیں کرتے ہیں کہ ان کے دسترخوان کو شرف بخشیں۔ یہ صفت کسی اور قوم میں اس درجہ کی نہیں پائی جاتی اور یہ بھی دین پر عمل کرنے کی برکات ہیں۔

جنازہ: کئی جنازوں میں شرکت کی۔ جنازہ کے بعد دعا نہیں پڑھتے تھے اور فرماتے کہ ہم نے تو نیت میں دعا کا ارادہ کر لیا تو اس کے بعد پھر دعا کا کیا جواز ہے۔ قرآن خوانی، قل خوانی، جمعراتیں، عرس وغیرہ دیکھنے میں نہیں آئے۔ جنازہ کے وقت لوگ دریافت کر لیتے کہ متوفی نماز پڑھتا تھا یا نہیں، اگر نماز میں سستی کرتا تھا تو لوگ بغیر نماز جنازہ پڑھے چلے جاتے۔ ایک دفعہ میں نے خود دیکھا کہ ایک عربی آیا اس نے مرنے والے کے بھائی سے پوچھا کہ تمہارا بھائی نمازی تھا اس نے کہا کہ نماز میں سستی کرتا تھا۔ وہ بغیر جنازہ پڑھے چلا گیا۔

(بقیہ: ورزش سے موسم گرما میں فٹنس)

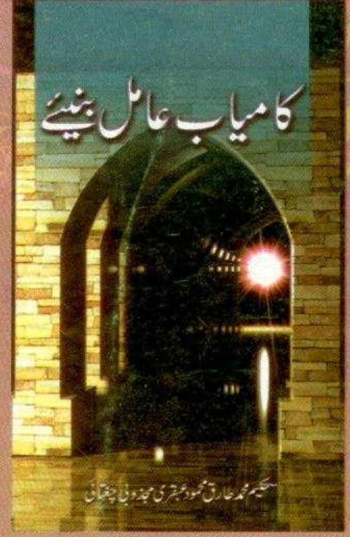
خمیدہ شانوں کو خیرباد

ذیل کی دو اعلیٰ درجے کی ورزشیں خمیدہ شانوں کو سیدھا کرتی ہیں اور اس کے ساتھ چھاتی کے رقبے میں عضلات کو قوی کرتی ہیں۔ شانے کے رقبے کو کمک پہنچا کر آپ جسم کے خطوط کو صحیح اور قد و قامت کی خوبی کو آسانی سے برقرار رکھ سکتی ہیں۔

سیدھے کھڑے ہو جایئے اور بائیں ہاتھ کی پشت (ہتھیلیاں باہر کی طرف اور کھلی ہوئی ہوں) کو پیچھے کی طرف لے جا کر دائیں شانے کی ہڈی کے کنارے تک پہنچانے کی کوشش کریں۔ پھر اسی طرح دائیں ہاتھ کی پشت کو پیچھے کی طرف لے جا کر بائیں شانے کی چپٹی ہڈی کے کنارے کو چھونے کی کوشش کریں۔ بہت ممکن ہے کہ دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے کو چھو نہ سکیں، لیکن آپ کی کوشش یہ ہی ہونی چاہیے کہ بتدریج دونوں ہاتھوں کی انگلیاں آپس میں مل سکیں، لیکن اس کوشش میں اتنا زور نہیں لگانا چاہیے کہ تکلیف محسوس ہونے لگے۔ اسی وضع پر دو تین منٹ رہیں۔ اس دوسری ورزش میں آلتی پالتی مار کر فرش پر بیٹھا جاتا ہے، ریڑھ کے ستون کو سیدھا کھڑا رکھا جاتا ہے اور بازو پشت پر رکھے جاتے ہیں۔ دونوں ہاتھوں کی ہتھیلیوں کو ساتھ ساتھ کمر کے زیریں حصے پر رکھا جاتا ہے اور آہستہ آہستہ جڑی ہوئی ہتھیلیوں کو اوپر کی طرف کھسکایا جاتا ہے اور اس کوشش میں شانوں کے نیچے کی طرف ڈھلنے کے رجحان کو روکا جاتا ہے۔ جیسے جیسے مشق بڑھتی جائے اور کام آسان ہوتا جائے اوپر کی طرف ہاتھوں کو بڑھاتے جائیں، لیکن اس عمل کو زور لگانے کے بجائے پھرتی سے کیا جائے۔ ان تمام ورزشوں کی مشق سے قد و قامت اور جسم کے انداز کی اصلاح ہو جاتی ہے۔ جس سے ظاہری شباہت اور جسم کی خوش نمائی میں اضافہ ہوتا ہے۔ عمر کے لحاظ سے صحت زیادہ بہتر رہتی ہے اور روح میں تازگی اور بلندی کا احساس ہوتا ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ جسم کی ہیئت کو درست رکھنے کے لیے عورتوں کو مردوں سے زیادہ جسم کا تحفظ کرنے اور اس کو ورزش سے صحت مند رکھنے کی ضرورت ہے، مگر معاملہ اس کے برعکس ہے۔

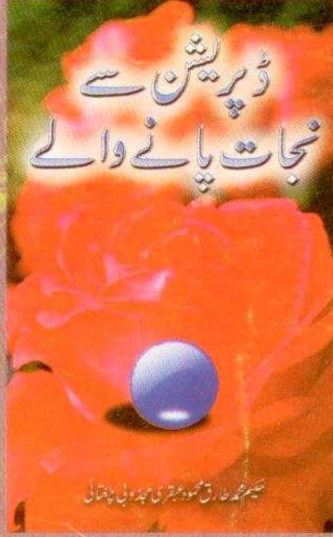
(بقیہ: نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور ان کا آزمودہ یقینی علاج)

اور بحث کرنے میں کوئی دقت محسوس نہ ہوگی۔ رفتہ رفتہ یہ عادت پختہ ہو جائے گی اور کلاس روم میں بھی سوال پوچھنے لگیں گے۔ انگریزی میں کمزوری دور کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ کورس کی کتابوں کے علاوہ انگریزی کی دوسری دلچسپ کتابیں پڑھی جائیں۔ اس سلسلے میں انگریزی کے پروفیسر صاحب سے مشورہ کیجیے۔ وہ ایک دو اچھی اور آسان کتابوں کے نام بتا دیں گے۔ ساتھ ہی ساتھ انگریزی اخبار کا مطالعہ بھی کیجیے۔ اس سے آپ کا ذخیرہ الفاظ بڑھے گا۔ لکھنے کے لیے جو کمپوزیشن بتائی جائے، وہ باقاعدگی سے لکھیں اور اس کی اصلاح کروائیں۔ لکھنے کی جتنی زیادہ مشق کریں گے، اسی قدر قابلیت بڑھے گی۔ اکثر طالب علم محض اس لیے کمزور ہوتے ہیں کہ انگریزی لکھنے سے جی چراتے ہیں۔ روزانہ ایک دو صفحے لکھنے کی عادت ڈالیے۔ اس سلسلے میں تیسری چیز اچھی ڈکشنری ہے جو معاون کا کام دیتی ہے۔ اگر آپ کے پاس کوئی اچھی ڈکشنری نہ ہو تو: Advanced Learners dictionary of current english خرید لیجیے، انگریزی بہتر کرنے میں اس سے بڑی مدد ملے گی۔



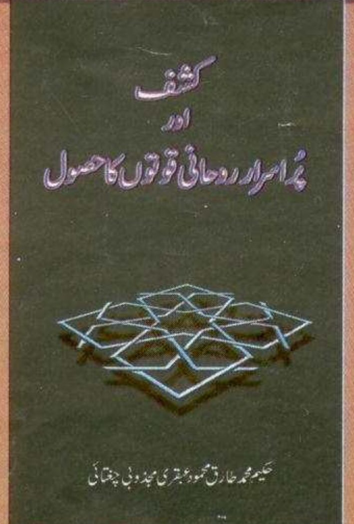
ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل، عامل کوئی کوئی، کامل کوئی نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام بیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہبر میسر نہیں آیا۔ یقین جانیے یہ کتاب ایک رہبر اور راہنما اور بامقصد ساتھی ہے جو ہر جگہ آپ کے کام آئے لوگ جو عامل بننا نہیں چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف وعملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے۔

(خوبصورت کاغذ اور ٹائٹل قیمت۔/180 روپے، رعایتی قیمت۔/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



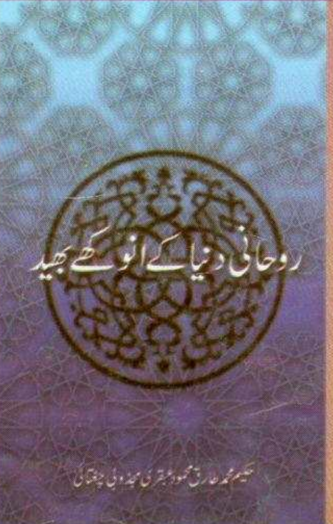
عالم انسانیت پریشان اضمحلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے آخر اس ڈپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور آزمائے نہایت کامیاب نتائج سامنے آئے۔ وہ سب نتائج اس کتاب میں سمو دیئے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ ہے جس سے آپ ڈپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوئے۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ قیمت۔/180 روپے، رعایتی قیمت۔/110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)



کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور در بدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے کچھ قدم قبرستانوں ویرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی ہے اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات ناقابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات یکجا کیے ہیں۔ ہر شخص پراسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے عروج پانے اور بے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے در بدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں وہ ہوا نہیں لگنے دیتے اور یہ بے مراد لوٹتا ہے ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہنچاننے والے بھی۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت۔/180 روپے، رعایتی قیمت۔/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



کائنات ایک راز ہے یہ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ بھید کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور بھرپور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف دل کی دنیا جیتنے والے ہی پا سکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ باکمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت ازبام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدر دان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روحوں سے ملاقات کرواتا ہے آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روحوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت۔/180 روپے، رعایتی قیمت۔/110 روپے میں علاوہ ڈاک خرچ)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

لاہور

ماہنامہ عبقری ®

مئی 2008ء بمطابق جمادی الاولیٰ 1429 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ 15 روپے

23

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- حالتِ بیداری میں زیارتِ رسول ﷺ ممکن ہے
- میاں بیوی میں پیار، محبت بڑھانے کے چند طریقے
- جڑی بوٹیاں، قدرت کا لازوال انعام
- نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج
- عبداللہ بن مبارکؒ کا خواب اور موچی کا حج
- موٹاپا اور میرے مسلسل تجربات کے بعد کامیابی
- چہرے کو تادیر خوبصورت رکھنے کے گر
- مظلوم کی آہ نے ظالم کا بازو کٹوا دیا
- نیند ادھوری، زندگی ادھوری
- اللہ کا حصہ......
- مردانہ ہارمونز کے زندگیوں پر اثرات

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ۝ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ۝ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 11 جلد نمبر 2 مئی 2008ء بمطابق جمادی الاولیٰ 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

مئی 2008ء

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ ایچ۔ ڈی، امریکہ

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے اندرون ملک سالانہ 180 روپے بیرون ملک سالانہ 40 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرِ سالانہ -/180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار ہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات

پیر، منگل، بدھ، جمعرات

(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)

روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ

صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے

موبائل نمبر: 0321-4343500

کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560

اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815

موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website:www.ubqari.net

Email:ubqari@hotmail.com

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: کیا ایک ایسا شخص جو مردہ تھا پھر ہم نے اس کو زندگی بخشی اور ہم نے اس کو ایک ایسا نور عطا کیا جس کو لئے ہوئے وہ لوگوں میں چلتا پھرتا ہے بھلا کیا یہ شخص اس شخص کے برابر ہوسکتا ہے جو مختلف تاریکیوں میں پڑا ہوا ہو اور ان تاریکیوں سے نکل نہ سکتا ہو (یعنی کیا مسلمان کافر کے برابر ہوسکتا ہے)

(سورۃ انعام آیت نمبر ۱۲۲)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت سعید بن ابی سعید رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ حضرت ابوسعید خدریؓ نے رسول اللہ ﷺ سے اپنی (تنگدستی اور) ضرورت کا اظہار کیا۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ابوسعید! صبر کرو، تم میں سے جو مجھ سے محبت کرتا ہے فقر اس پر ایسی تیزی سے آتا ہے جیسی تیزی سے سیلاب کا پانی وادی کی اونچائی سے اور پہاڑوں کی بلندی سے نیچے کی طرف آتا ہے (مسند احمد، مجمع الزوائد)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

دورانِ گفتگو بندہ نے ایک پرانے تجربہ کار شخص سے پوچھا کہ بار بار کے تجربات مشاہدات کے بعد ایک بات سامنے آئی ہے کہ اسی فی صد ایسے لوگ جو تیل والے ملکوں میں کاروبار یا محنت مزدوری کرنے گئے، بیس سال، تیس سال گزرنے کے بعد بھی وہ معاشی تنگی سے نہ نکل سکے۔ جس کا دوسرا مطلب یہ ہے کہ بظاہر مال کی کثرت تو رہی لیکن انہیں برکت نہ ملی۔ یہ ایک نہیں خود میرے روزمرہ تجربے میں بے شمار واقعات ہیں۔

اس تجربہ کار شخص نے جواب دیا میں خود سعودی عرب میں 25 سال سے زیادہ عرصہ سے مقیم ہوں۔ یہ سوال میرے دل میں بھی تھا۔ میں نے اس کا جواب ایک پرانے تجربہ کار شخص سے پوچھا تو کہنے لگے جس طرح پٹرول رہتا نہیں اڑ جاتا ہے اور اس کے کم یا ختم ہونے کا پتہ بھی نہیں چلتا اسی طرح یہاں کی کمائی ہوئی آمدنی بھی ختم ہوجاتی ہے۔

آخر ایسا کیوں ہوتا ہے؟ یہ ایک ایسا سوال ہے جو ہر دل میں ابھرتا اور ہر دماغ میں چبھتا ہے۔ میری عادت ہے کہ میں ہر چیز کی گہرائی تک سوچتا ہوں اور اس کے سوفی صد نتائج تک پہنچنے کے لیے کرید اور تحقیق کرتا ہوں۔ یہی سوال کسی اور سے کیا تو اس نے جو جواب دیا وہ دل کو لگا۔ وہ جواب یہ ہے کہ دراصل جو بھی غیر ملکی تیل والے ملکوں میں کمانے آتا ہے تو اس کا مقصد صرف اور صرف مال ہوتا ہے۔ حصول مال کے لیے وہ حلال وحرام، جائز وناجائز، جھوٹ اور سچ کی تمیز (اکثر لوگ) بھول جاتے ہیں۔ کتنے ایسے ہیں جو اپنے وطن میں سوفی صد نمازی تھے اور کبیرہ گناہوں سے بچے ہوئے تھے۔ لیکن یہاں آکر وہ ایمان، اعمال، نماز وغیرہ سے اتنے دور ہوئے کہ جیسے کبھی نماز پڑھی ہی نہیں تھی اور حیرت انگیز طور پر گناہوں کی زندگی میں مبتلا ہوتے چلے گئے۔

رات دن ایک کرکے مال کمایا اور اعمال کی کوئی پرواہ نہیں کی۔ مال آیا اور خوب آیا (جسے ہم کثرت کہیں گے) اور کمانے والا مطمئن کہ میں مال دار ہورہا ہوں۔ اس کی نظر اللہ تعالیٰ کی ذات اور قدرت کے خزانوں سے ہٹ گئی اسے یہ خبر نہ تھی کہ برکت ہے یا نہیں۔ پھر یہ مال اپنے وطن بھیجا چونکہ برکت نہیں تھی وہ ہوا میں اڑ گیا اور گھر والوں کی سوفی صد ضروریات پوری نہ ہوئیں۔

پھر یا تو مال اس کی زندگی میں ختم ہوگیا اور ایسا بھی ہوا کہ اس کی زندگی میں مال آیا لیکن اولاد تک رہا اور ختم ہوگیا بلکہ دوسرا پاکیزہ مال بھی ساتھ لے گیا۔

قارئین! آپ اپنے گردوپیش نظر دوڑائیں کتنے ایسے تھے جو تیل والے ملکوں میں کمانے گئے اور اب ان میں سے کتنے ایسے ہیں جن کے پاس مال بچا یا ان کی نسلوں کے لیے باقی رہا اور کتنے ایسے ہیں جو بالکل خالی ہاتھ اپنے وطن میں آگئے یا پھر ان ملکوں میں مزدوری کررہے ہیں کہ اب وطن کس منہ سے جائیں حتیٰ کہ بعض کو یہ کہتے سنا کہ اب واپسی کا کرایہ نہیں۔

آپ پڑھنے والوں سے سوال ہے کہ برکت کیا چیز ہے کیونکہ سائنس بلکہ کسی بھی فن اور زبان کی کسی ڈکشنری میں برکت کی تعریف نہیں ملے گی اگر ملے گی تو کثرت کے معنی میں حالانکہ برکت خالصتاً ایک ایسی نعمت ہے جو ایمان، اعمال اور تقویٰ پر ملتی ہے۔ کیا آپ کثرت کی تلاش میں ہیں یا برکت کی تلاش میں، اپنا موازنہ خود کریں۔

غیبت کرنے کا نقصان: آگ خشک لکڑی میں اتنی جلدی نہیں لگتی، جتنی غیبت بندہ کی نیکیوں کو جلاتی ہے

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

اللہ جل شانہ نے انسان کو ایمان اعمال کی زندگی دی ایک طرف نفس کی من چاہی دی اور ایک طرف رب چاہی دی

ہر کوئی سکون کا متلاشی ہے

میرے محترم دوستو! اس مختصر سی زندگی میں ہر شخص چین سے رہنا چاہتا ہے، ہر شخص سکون کی تلاش میں ہے۔ انسانیت شروع سے سکون کی تلاش میں ہے۔ پُرسکون جگہ پر اچھا گھر بنانا سکون کی تلاش ہے۔ اچھی صحت، اس کے لیے اچھا علاج۔ اچھا لباس پھر موسم کے مطابق تلاش، جوتا مہنگے سے مہنگا، قیمتی سے قیمتی، نرم سے نرم، گرم سے گرم، موسم کے مطابق سکون کی تلاش میں ہے، انسان اپنی زندگی کا نظام سکون سے چلانا چاہتا ہے۔ اس کی نظر کمزور ہوگئی تو چشمہ لگا لیا۔ سکون کی تلاش میں کہ مجھے دیکھنے میں تکلیف نہ ہو۔ کوئی جسمانی تکلیف ہوئی تو دوا کھائی تو سکون کی تلاش میں کہ مجھے کوئی تکلیف نہ ہو انسانیت کا پہلے دن سے لیکر آخری دن تک جو وجود ہے وہ سکون کے ساتھ وابستہ ہے یہ سکون کیوں مانگتا ہے؟ کبھی آپ نے سوچا انسان چین کیوں مانگتا ہے؟

جنت سکون کا دوسرا نام ہے

اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ پرسکون جگہ سے بھیجا گیا ہے۔ جنت سکون کا دوسرا نام ہے یہ اصل میں وہیں کا رہائشی تھا اب بھی بعض لوگ دوسرے شہروں سے ہجرت کر کے آتے ہیں اور اپنی من پسند چیزوں کو تلاش کر رہے ہوتے ہیں۔ میں نے ایک دفعہ ایک صاحب کو دیکھا وہ کراچی سے آئے تھے۔ حلوہ پوری کتلمے اور اس قسم کی چیزیں تلاش کر رہے تھے۔ ایک دفعہ ایک ریڑھی والا کھانے پینے کا سامان بنا رہا تھا، لوگ اس کے گردرش لگا کر کھڑے ہوئے تھے، ایک صاحب کہنے لگے کہ ساری چیزیں اچھی ہیں لیکن اگر بریانی ہوتی، تو کیا بات تھی۔ انسان کا ایک مزاج ہے جس جگہ سے اس کی اُٹھک بیٹھک ہوتی ہے۔ جہاں سے اس کا وجود اٹھتا ہے یا جہاں وہ پیدا ہوا ہوتا ہے وہاں کی آب و ہوا اور وہاں کی غذا، اور وہاں کی زندگی کا نظام اس کو اچھا لگتا ہے۔ کیا خیال ہے ہم جنت میں رہے اور ہم جنت کے رہائشی تھے اور جنت میں اٹھنا بیٹھنا تھا اور جنت میں زندگی تھی اور جنت ایسی نعمتوں کا نام ہے جن نعمتوں کو زوال نہیں۔ جنت ایسی جوانی کا نام ہے جس جوانی کو بڑھاپا نہیں اور جنت ایسے حُسن کا نام ہے جس حُسن کو ماند نہیں اور جنت ایسی صحت کا نام ہے جس صحت کو بیماری نہیں اور جنت ایسی زندگی کا نام جس کو موت نہیں ہے۔ اب یہ جنت کا متلاشی ہے کیونکہ پہلے جنت کا رہائشی تھا اللہ جل شانہٗ نے اپنی حکمت کے تحت حضرت آدمؑ کو اس دنیا میں بھیج دیا۔ اللہ جل شانہ نے انسان کو ایمان و اعمال کی زندگی دی۔ ایک طرف نفس کی من چاہی دی اور ایک طرف رب چاہی دی۔ اب اس کی مرضی، جیسے کر لے۔ اس کی من چاہی کی منزل جہنم ہے۔ رب چاہی کی منزل جنت ہے۔ اب اللہ جل شانہٗ نے اس کو زندگی کے دو انداز دیدیئے اسی لیے یہ ہر پل ہر وقت چین کی تلاش میں رہتا ہے۔

اقتدار کے متلاشی

انسان ایک اور تلاش میں رہتا ہے اور وہ ہے اقتدار کی تلاش۔ گھر میں بیوی ہے تو وہ کہتی ہے کہ میرا بچوں پر اقتدار ہو۔ خاوند ہے تو وہ کہتا ہے میرا بیوی اور بچوں دونوں پر اقتدار ہو۔ دکان پر ہے تو کہتا ہے میرا نوکروں پہ ماتحتوں پہ اقتدار ہو۔ محلے میں ہے تو کہتا ہے میں محلے کا بڑا بن جاؤں۔ پورے محلے میں گلی میں یہ اقتدار کی تلاش میں رہتا ہے۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ یہ اقتدار کی نگری میں پلا تھا اور جنت اقتدار کی نگری ہے۔ ایک اشارہ کرے گا اڑتا ہوا پرندہ آئے گا اس کو کھائے گا اور پھر اشارہ کرے گا وہ ویسے ہی اڑنا شروع ہو جائیگا۔ نہر بہہ رہی سوچے گا کہ نہر میرے مزاج سے چلے۔ ایک اشارہ کرے گا نہر اس کے گھر کے اوپر سے بہنا شروع ہو جائیگی۔ چاہے گا کہ مجھے ایسی حور چاہیئے کہ نہ کسی آنکھ نے دیکھی نہ کسی کان نے اس کا نغمہ سنا، نہ دل میں اس کا خیال آیا حتیٰ کہ فرشتوں تک نے نہیں دیکھی۔ پھل کو توڑے گا اس کے اندر سے حور آئیگی اور ایسی حور جس نے ستر جوڑے پہنے ہوں گے اور ہر جوڑا ایک سے بڑھ کر ایک۔ اس حور کے دل کے اندر اپنی محبت کو ستر جوڑوں سے یہ دیکھ لے گا۔ تو معلوم یہ ہوا کہ اقتدار اسکا مزاج ہے کیونکہ اقتدار کی جگہ سے آیا ہے اور یہ چین اور سکون کا متلاشی ہے۔ ایک اور اس سے بھی انوکھی بات سنیں یہ انسان چین اور سکون کی تلاش میں اپنے مزاج سے چلنے کی کوشش کرتا ہے اور کہتا ہے کہ اس طرح چین مل جائے گا اس طرح سکون مل جائے گا۔ کسی بندے کی ہڈی ٹوٹ جاتی ہے تو وہ ہاتھ کو یا بازو کو یا جسم کے اس حصے کو جو ٹوٹا ہوا ہے اپنے مزاج سے رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ جس سے اس کو سکون ملتا ہے۔ ڈاکٹر کہتا ہے کہ نہیں، میں نے اس کو کھینچ کے رکھنا ہے اس کے اوپر پھٹیاں، پٹیاں، پلستر بھی باندھنا ہے۔ اب جب وہ معالج کی یا سرجن کی مرضی سے رکھتا ہے، وہاں تکلیف ہوتی ہے۔ اپنی مرضی سے رکھتا ہے تو کیا ہوتا ہے؟ سکون ملتا ہے چین ملتا ہے لیکن یہ سکون اور چین اس کا عارضی ہوتا ہے۔ اگر ہڈی غلط لگ گئی تو ساری زندگی کی معذوری اور ساری زندگی کی پریشانی اس کا مقدر بن جائیگی۔

سکون حضور ﷺ والی زندگی میں ہے

ایک ہے اپنی مرضی سے چین اور سکون چاہنا اور ساری کی ساری امت اس لائن پہ لگی ہوئی ہے۔ جو بھی سکون کا راستہ نظر آیا وہ غذا میں ہے، وہ فضا میں ہے، وہ فیشن میں ہے، وہ مزاج میں ہے، وہ طبیعت میں ہے، وہ ماحول میں ہے، ہم اس طرف چل پڑتے ہیں۔ میرے دوستو ایک راستہ حضور سرورِ کونین ﷺ نے دکھایا ہے اور وہ اصلی راستہ ہے، چین کا راستہ ہے، وہ حقیقی سکون کا راستہ ہے، جو سرورِ کونین ﷺ نے دکھایا ہے اس راستے کو تلاش کرو۔ وہ راستہ نبی کریم علیہ السلام کے اتباع والی زندگی میں ہے اور جس کسی نے بھی اس کو اپنایا اس نے دنیا میں بھی سکون پایا اور ان شاء اللہ آخرت میں بھی اس کو سکون نصیب ہوگا۔ (جاری ہے)

اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل اور جمعرات کو بعد نمازِ مغرب ''مرکز روحانیت و امن'' میں حکیم صاحب کا درس' مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

میاں بیوی میں پیار محبت بڑھانے کے چند طریقے

شوہر کی حیثیت سے بیوی کے گھر کے کاموں میں ہاتھ بٹانے کی کوشش کیجئے اور بیوی کی حیثیت سے شوہر کے دفتری کاموں میں معاونت کی خواہش ظاہر کیجئے۔ رات کے کھانے کے لیے کبھی کبھی باہر نکل جایئے

(انتخاب: محسن انصاری۔ جوہر ٹاؤن لاہور)

گھر وہی اچھا ہوتا ہے، جہاں آپس میں پیار محبت ہو۔ شوہر ہو یا بیوی، گھر میں پیار محبت کی فضا پیدا کرنا دونوں ہی کی ذمہ داری ہے، لیکن جیسا کہ امریکی دانشور اسٹیفن کوی نے لکھا ہے کہ محبت (Love) ایک فعل ہے، مگر ہالی وڈ نے اسے ایک جذبہ بنا کر رکھ دیا ہے۔

اس تحریر میں اپنے گھر کی فضا میں پیار محبت بڑھانے کے لیے میاں بیوی کو ایسے طریقے بتائے گئے ہیں، جن پر عمل کرنا آسان بھی ہے اور جو خوب مؤثر بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔

☆ پیار بھرا کوئی جملہ کہہ دیجئے ☆ دفتر سے فون کر کے خیر خیریت پوچھ لیجئے ☆ چہل قدمی کے لیے نکل جایئے ☆ اپنی غلطی تسلیم کیجئے ☆ ایک دوسرے سے اچھے لفظوں میں محبت کا اظہار کیجئے ☆ ناز برداری کیجئے ☆ ایک دوسرے کی دلچسپی کے موضوع پر اظہار خیال کیجئے ☆ اعتماد کیجئے ☆ بول چال کے دوران ایک دوسرے کی طرف دیکھئے ☆ پھولوں کا تحفہ دیجئے ☆ کام کی تعریف کیجئے ☆ شوہر کی حیثیت سے بیوی کے گھر کے کاموں میں ہاتھ بٹانے کی کوشش کیجئے اور بیوی کی حیثیت سے شوہر کے دفتری کاموں میں معاونت کی خواہش ظاہر کیجئے ☆ رات کے کھانے کے لیے کبھی کبھی باہر نکل جایئے۔ ☆ اس کے لیے کوئی خاص غزل یا نظم لکھ کر (خواہ وہ کسی دوسرے شاعر ہی کی ہو) اسے پیش کر دیجئے ☆ کارٹون کی تصویر اسے کسی بہانے سے دیجئے کہ وہ اسے دیکھ کر لطف اندوز ہو ☆ خریداری کرنے سے پہلے ایک دوسرے سے مشورہ کیجئے ☆ شام میں کبھی گھمانے لے جایئے ☆ آپس کے پر محبت لمحات کو یاد کیجئے ☆ کوئی کام ایک ساتھ کیجئے ☆ چھٹی والے دن ایک ساتھ کہیں گھومنے نکل جایئے ☆ پیار محبت سے باتیں کیجئے ☆ جب وہ آپ کی طرف دیکھے تو مسکرایئے ☆ کچھ وقت بچوں کے بغیر تنہا (صرف میاں بیوی) بھی گزاریئے ☆ کپڑوں کا تحفہ اور وہ بھی بغیر کسی اطلاع کے (سرپرائز) لا دیجئے ☆ پکنک پر جایئے ☆ پہلے خود سلام کیجئے ☆ خط لکھئے ☆ اس کی پسند کا کھانا کھایئے ☆ جب آپ کو اپنی شریک حیات پر فخر محسوس ہو تو اسے بھی بتایئے ☆ اس بارے میں اس کے بھی جذبات معلوم کیجئے ☆ غروب آفتاب کا ایک ساتھ نظارہ کیجئے ☆ کوئی کھیل ایک ساتھ کھیلئے اس کی پسند کی خوشبو لگایئے ☆ آئندہ کے منصوبوں کے بارے میں گفتگو کیجئے ☆ غمگین دکھائی دینے پر اس سے اس کی وجہ پوچھئے ☆ اس کے خوابوں کے بارے میں گفتگو کیجئے ☆ اسے بتایئے کہ اس حوالے سے آپ کو کیا پسند ہے ☆ کسی نئی خوشبو کا تحفہ دیجئے ☆ کسی پر فضا مقام پر لے جایئے ☆ کبھی کوئی ہلکا مذاق کر لیجئے ☆ گھر پہنچ کر اسے بتایئے کہ دن میں کسی وقت اس کی یاد آئی تھی۔ اس کے گھر والوں کی خیر خیریت اس سے معلوم کیجئے ☆ بچوں کے لیے ٹافی یا بسکٹ کے ساتھ اس کے لیے بھی کوئی کھانے کی چیز خرید لیجئے ☆ اسے بتایئے کہ اس پر کون سا رنگ کھلتا ہے ☆ کوئی مسئلہ درپیش ہو تو اس سے مشورہ کیجئے ☆ دفتر سے چھٹی لے کر لمبے سفر پر نکل جایئے ☆ اس کی اختلافی اور متضاد رائے کو توجہ سے سنئے ☆ اسے یہ باور کرایئے (زبان سے نہیں، عمل سے) کہ آپ کو اس کا خیال ہے ☆ اپنے اسکول/کالج کی یادیں تازہ کیجئے۔

جسم کے دردوں کے لیے تحفہ

انڈیا کی ہلدی (جو صرف انڈیا کی ہو وہ عام پنساری کی دکان سے مل جاتی ہے) پیس کر کیپسول بھرلیں ایک کیپسول صبح وشام پانی کے ساتھ لیں بدن کی دردوں، ٹانگوں اور گھٹنوں کی درد سے نجات پائیں۔ میں نے اس ٹوٹکے کو اپنے بیٹے پر اور بہت سے لوگوں پر آزمایا بہت زیادہ مفید پایا۔ (مرسلہ: بہادر علی خان۔ پنڈی بھٹیاں)

"پیٹھا" زہروں کا تریاق

پیشاب کی جلن کو ختم کرنے میں پیٹھا اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ مثانہ کی گرمی کو دور کر دیتا ہے (جاوید بشیر۔ اٹک)

عربی محدبہ فارسی کدوئے رومی
سندھی پیٹھو انگریزی White Pumpkin

پیٹھا ایک مشہور سبزی ہے۔ جو کئی طریقوں سے استعمال ہوتی ہے۔ اسے سالن کے طور پر بھی پکا کر کھایا جاتا ہے۔ اور اس کی مٹھائی بھی تیار کی جاتی ہے۔ تربوز سے مشابہت رکھنے والی یہ سبزی کدو کے خاندان سے تعلق رکھتی ہے مگر کدو سے پیٹھا بڑا ہوتا ہے اور اکثر اوقات گھڑے کے برابر تک ہوتا ہے۔ پیٹھے کی بیل ہوتی ہے۔ پتے بڑے بڑے چار سے چھ سنٹی میٹر لمبے سخت اور روئیں دار ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج سرد وتر ہے۔ اس میں کیلشیم، نمکیات، اور وٹامن اے ہوتے ہیں۔ پیٹھے کے تخم بھی دوا کے طور پر استعمال ہوتے ہیں۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

☆ پیٹھا مسکن حرارت دل وجگر و معدہ ہے ☆ یہ قوت باہ کیلئے مفید ہے ☆ گرم مزاج والوں کیلئے پیٹھا بے حد مفید ہے۔ یہ حرارت کو روکتا ہے اور مقوی ہے ☆ پیٹھے کا مربہ دل و دماغ کو قوت دیتا ہے اور بھوک لگاتا ہے اس کے علاوہ پیشاب آور بھی ہے ☆ سل اور تپ دق کے مریضوں کیلئے بے حد مفید ہے ☆ بلڈ پریشر اور گرمی کیلئے مفید ہے۔ ☆ دماغی کام کرنے والوں کیلئے پیٹھے کا حلوہ بے حد مفید ہے۔ پیٹھا صالح خون پیدا کرتا ہے اور پیٹ کے کیڑوں کو ختم یا خارج کر دیتا ہے۔ اس کیلئے مغز تخم پیٹھا، دو ماشہ شہد میں ملا کر بچوں کو کھلا کر بعد میں تخم ارنڈ کا تیل پلانا، کدو دانہ کا علاج ہے ☆ یہ ہڈیوں کی پرورش کرتا ہے اور نیند لاتا ہے ☆ اس کا تیل دماغ کی خشکی کو دور کرتا ہے ☆ زہروں کا تریاق ہے۔ اس سے جسمانی زہر تحلیل ہو جاتے ہیں ☆ حاملہ عورتوں کو پیٹھے کا مربہ کھلانے سے حمل گرنے کا خدشہ نہیں رہتا اور ان کے ہاں جو بچہ پیدا ہوتا ہے وہ صحت مند ہوتا ہے ☆ موسم سرما میں اس کا حلوہ ناشتہ کے طور پر استعمال کرنے سے جسم میں تازگی پیدا ہوتی ہے اور تمام جسمانی کمزوریاں دور ہو جاتی ہیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

ہچکی کا خاتمہ: ہچکی آ رہی ہو تو اس کا مجرب علاج یہ ہے کہ پانی میں شکر ڈال کر اس کا شربت بنالیں اور پھر اسے پی لیں ہچکی ختم ہو جائے گی

جڑی بوٹیاں، قدرت کالازوال انعام

امریکہ میں جگہ جگہ نیچرل فوڈز کے سٹور ہیں جہاں قدرتی جڑی بوٹیاں فراہم کی جاتی ہیں (تحریر: صغیرہ بانو شیریں)

جڑی بوٹیوں کی افادیت زمانہ قدیم سے مسلمہ ہے۔ پسماندہ اور ترقی یافتہ ممالک میں بھی ان سے یکساں فائدہ اٹھایا جاتا ہے۔ جدید ادویات کے استعمال سے بعض اوقات انسانی جسم پر مضر اثرات پڑتے ہیں جن سے تکلیف میں کمی ہونے کے بجائے اضافہ ہو جاتا ہے یا کوئی اور بیماری آلیتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ آج اس ایٹمی دور میں پوری دنیا کے لوگ جڑی بوٹیوں کے فطری علاج کی طرف متوجہ ہو رہے ہیں اور ان پر پوری دنیا میں ریسرچ ہو رہی ہے۔ یہ علاج دوسری دواؤں کے مقابلے میں انتہائی سستا ہے اور اس کے استعمال سے کوئی نقصان ہوتا ہے اور نہ جسم پر برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ طب جدید کے معالج بھی اب اس طریق علاج میں دلچسپی لے رہے ہیں۔ بھارت، پاکستان، سری لنکا، برما، چین اور بنگلہ دیش میں اس طریقہ علاج کو سرکاری سرپرستی حاصل ہے۔ جرمنی میں چھوٹے بچوں کو دوائیاں نہیں دی جاتیں بلکہ انہیں سونف کا پانی پلایا جاتا ہے۔ سونف کے پیکٹ بازار میں عام دستیاب ہیں۔ سونف کا پانی ابال کر پلانے سے بچے کئی تکلیفوں سے نجات پالیتے ہیں۔ سعودی عرب میں جڑی بوٹیوں کے دواخانے عطارہ کے نام سے کام کر رہے ہیں۔ برطانیہ کی ایک فرم نے مختلف جڑی بوٹیاں ملا کر جوشاندے تیار کیے ہیں۔ دمے، کھانسی، یرقان، پتھری، بواسیر اور گنٹھیے کا علاج ان جوشاندوں سے کیا جارہا ہے۔ روس میں لہسن سے ایسی دوائیں بنائی گئی ہیں جو دماغ اور دل کے امراض میں استعمال کی جارہی ہیں۔ چین میں بھی لہسن پر تحقیق ہوئی ہے۔ کینسر، بلڈ پریشر، آنتوں کی بیماریوں اور دل کی شریانوں میں خون کا انجماد روکنے کے لیے لہسن کے کیپسول کھلائے جاتے ہیں۔ امریکہ میں جگہ جگہ نیچرل فوڈز کے اسٹور ہیں جہاں قدرتی جڑی بوٹیاں فراہم کی جاتی ہیں۔ ملٹھی، تلسی اور گاؤزبان سے کھانسی کا شربت بنتا ہے۔ امریکیوں میں ''جَو'' بھی مقبول ہے اور ہربل ٹی بہت پی جاتی ہے جو ایک طرح کا جوشاندہ ہے۔ سونف، الائچی اور پودینے کا سفوف بھی پیکٹوں میں ملتا ہے جو پیٹ کے درد میں اکسیر ہے۔ بنفشے کی چائے سوئیزرلینڈ اور امریکہ میں نزلہ زکام کے لیے بہت پی جاتی ہے۔ گاؤزبان اور گلِ گاؤزبان سے امریکہ میں قلب کا علاج کیا جاتا ہے۔ جدید ترین تحقیق کے مطابق ہرے پتے جسم کو قوت بخشتے ہیں۔ ان میں حیاتین الف بنانے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ برطانیہ میں سبز پتوں اور سبزیوں کو مشین کے ذریعے پیس کر گودا جمالیا جاتا ہے ریشے اور پھوک نکال لیتے ہیں۔ جمے ہوئے گودے کو دھو کر ٹکیاں کاٹ لی جاتی ہیں، جنہیں کسی بھی کھانے، سبزی یا سالن میں ڈالا جاسکتا ہے۔ یہ گودا اہم غذائی خزانہ ہے۔ اس میں پروٹین، فولاد، کیلشیم اور ایک خاص کیمیائی جز شامل ہوتا ہے جس سے جسم کے اندر چربی اور تیل حیاتین الف میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ اس حیاتین سے آنکھوں کو بہت فائدہ ہوتا ہے۔ سبز پتوں والی غذائیں کینسر کی بھی مدافعت کرتی ہیں۔

جو لوگ سبزیاں خاصی استعمال کرتے ہیں، ان کی صحت درست رہتی ہے۔ فلپائن میں ایک کتاب شائع ہوئی ہے جس میں جڑی بوٹیوں کے نام اور خواص درج ہیں۔ ان کی مدد سے پیٹ کی تکالیف، بلڈ پریشر، خارش، گنٹھیا، درد سر اور کان کے ورم کا علاج کیا جاسکتا ہے۔ ویت نام میں سو جڑی بوٹیاں صحت کے لیے مفید قرار دے کر ان سے دوائیں بنانے کا کام شروع کر دیا گیا ہے۔ ہر ویت نامی کو تاکید کی جاتی ہے کہ وہ کم از کم پانچ دس بوٹیوں کی پہچان کرے تاکہ اسے علاج میں دشواری پیش نہ آئے۔ چین میں کم وبیش دو سو لیبارٹریوں میں جڑی بوٹیوں پر تحقیق ہو رہی ہے اور ان کی کاشت کے لیے ہر گاؤں میں قطعہ زمین مخصوص کیا گیا ہے۔

سونف بہت اچھی دوا ہے خصوصاً تبخیر معدہ کے لیے بہترین ہے۔ گھر میں سونف ضرور رکھنی چاہیے۔ چھوٹے بچوں کے پیٹ میں درد ہو تو چائے کا چمچ سونف ایک پیالی پانی میں جوش دے کر رکھ لیں اس کے پلانے سے بدہضمی دور ہو جاتی ہے۔ دیہات میں عموماً دودھ میں سونف پکا کر بچوں کو پلاتے ہیں اس سے بچوں کے پیٹ میں نہ درد ہوتا ہے نہ گیس بنتی ہے۔ آج کل چھوٹے بچوں کی نگاہ بھی کمزور ہو رہی ہے۔ اس کے لیے تھوڑی سی سونف بچوں کی جیب میں ڈال دیں، وہ چلتے پھرتے کھالیں گے۔ اس سے نگاہ کی کمزوری بھی دور ہو جائے گی اور معدے کو بھی طاقت ملے گی۔ صبح چائے کا چمچ بھر سونف کھانے سے بینائی تیز ہوتی ہے۔ پرانے نزلہ کے لیے عموماً خواتین رات کو سوتے وقت ایک بڑا چمچ سونف اور گیارہ بادام کھلاتی ہیں۔ اس کے فوراً بعد چائے، دودھ یا پانی کچھ نہیں پینا چاہیے۔ اس سے نزلہ دور ہو جاتا ہے اور دماغ میں تری آتی ہے۔ کچھ لوگوں کا ہاضمہ خراب رہتا اور اسہال کی تکلیف سے نڈھال ہوتے ہیں۔ جہاں کچھ کھایا پیٹ میں درد ہو گیا انہیں چاہیے سونف تھوڑے سے گھی یا تیل میں بھون کر پیس لیں۔ اس میں تھوڑی سی چینی ملا لیں۔ صبح شام چائے کا ایک چمچ کھانے سے ہاضمہ ٹھیک ہوتا ہے۔ بیل گری مل جائے تو وہ بھی برابر وزن کر کے ملا لیں، جلدی فائدہ ہوگا۔ تازہ سونف فروری سے اپریل تک مل جاتی ہے۔ سونف کے پتوں میں بھی تاثیر ہے۔ آج کل بازار کی چٹ پٹی چیزیں کھانے سے معدہ بوجھل اور گیس کی شکایت عام پائی جاتی ہے۔ سونف کے نرم نرم پتے اور ڈنڈیوں کی سلاد صبح نہار منہ کھانے سے یہ شکایت دور ہو جاتی ہے سونف کے پتے، سات باداموں کے ساتھ کھالیں تو سر درد کی شکایت دور ہوسکتی ہے۔ کچھ لوگوں کی آنکھیں پیلی پیلی بے رنگ سی ہوتی ہیں۔ سونف کا پانی شہد میں ملا کر آنکھوں میں ڈالنے سے چند روز میں آنکھوں کی اصلی رنگت لوٹ آتی ہے اور چمک بڑھ جاتی ہے۔ سونف کے پتوں کا پانی نکال کر اس میں کھرل کیا ہوا سرمہ بھی مفید ہے۔ دھند، جالا، کمزوری اور آنکھوں سے پانی بہنا دور ہوتا ہے۔ نظر کمزور ہو تو گاجر کے پانی میں سونف بھگو دیں۔ پانی خشک ہو جائے تو دوبارہ گاجر کا پانی ڈال دیں۔ اس طرح تین بار کریں۔ خشک ہونے پر اس میں چینی اور بادام ملا کر پیس لیں۔ صبح شام یہ سفوف چائے کا چمچ بھر کھائیں۔ نظر تیز ہو جائے گی۔ بچوں کو ٹافیاں اور چیونگم دینے کے بجائے سونف میں بادام ناریل ملا کر دینا چاہیے۔ بیرونی ممالک میں بچوں کے لیے خاص سونف ملتی ہے۔ ہمارے ہاں بھی میٹھی سونف دستیاب ہے جو ٹافیوں سے بدرجہا بہتر ہے۔

مظلوم کی آہ نے ظالم کا بازو کٹوا دیا

بچوں کا صفحہ

خواب میں ایک آواز سنائی دی کہ جب تک اس مظلوم کا حق ادا نہیں کرے گا، تو یوں ہی عذاب میں مبتلا رہے گا۔ فوراً آنکھ کھلی سوچا کہ کونسا ظلم مجھ سے صادر ہوا ہے؟ جس کی یہ بھیانک سزا میں بھگت رہا ہوں

بہت پہلے کی بات ہے کہ بنی اسرائیل میں ایک غریب مچھیرا رہا کرتا تھا جو صبح سویرے جال لے کر دریا پر پہنچتا۔ سارا دن جال ڈالتا۔ شام تک جو کچھ آتا، بازار جا کر فروخت کرتا اور اپنے اہل وعیال کا پیٹ پالتا۔ خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ ایک دن اس نے حسب سابق جال ڈالا تو بہت بڑی مچھلی اس کے جال میں پھنس گئی۔ مچھیرے نے جلدی سے اسے نکالا اور خوشی خوشی بازار کی طرف چل پڑا کہ اسے بیچ کر کافی رقم حاصل کروں گا۔ کچھ دن آرام سے بیت جائیں گے لیکن تقدیر کو کچھ اور ہی منظور تھا۔

ہوا یہ کہ اسے سامنے سے ایک شخص آتا ہوا دکھائی دیا جو طاقت اور قد کاٹھ میں اس سے کہیں زیادہ تھا۔ جب وہ شخص اس کے قریب پہنچا تو مچھلی دیکھ کر اس کی نیت خراب ہوگئی چنانچہ اس نے غریب مچھیرے کو ڈرا دھمکا اور مار کر مچھلی چھین لی۔ بیچارہ عاجز وخالی تھا، جب اپنی محنت کو اپنے ہی سامنے یوں ہی رائیگاں ہوتے دیکھا تو فوراً آسمان کی طرف نگاہ اٹھائی۔ رو کر بددعا دی ''یاالٰہی تو نے اسے قوی اور مجھے ضعیف وناتواں بنایا ہے تو ہی اس سے میرا حق جلد از جلد دلوا دے۔ میں اسے معاف نہیں کروں گا...... معاف نہیں کروں گا۔''

یہ کلمات کہتے ہوئے گھر کی طرف جا رہا تھا۔ ادھر غاصب شخص شام کو تلی ہوئی مچھلی کھانے کیلئے دسترخوان پر بیٹھا۔ جونہی اس نے مچھلی کی طرف ہاتھ بڑھایا تو مچھلی نے اچانک اپنا منہ کھولا اور اس زور سے اس کی انگلی پر کاٹا کہ اس کے ہوش و حواس اڑ گئے۔ درد کی شدت کی وجہ سے بے چین ہوگیا۔ فوراً طبیب کے پاس پہنچا اور سارا واقعہ سنایا۔ طبیب نے انگلی کا معائنہ کیا اور فوراً کاٹنے کا مشورہ دیا چنانچہ انگلی کاٹ دی گئی۔ دوسرے دن پھر چیختا چلاتا آیا کہ اب ہاتھ میں شدید درد ہے۔ طبیب صاحب نے وہی کہا کہ اب ہاتھ کاٹنا پڑے گا چنانچہ ہاتھ بھی کاٹ دیا گیا۔ تیسرے دن پھر طبیب کے پاس پہنچا کہ اب درد کہنی تک ہے۔ طبیب صاحب نے کہنی تک ہاتھ کاٹ دیا۔ چوتھے دن بھی درد جوں کا توں رہا پھر چیختا چلاتا طبیب کے پاس پہنچا۔ اس نے خیر سے پھر چاقو کلہاڑے اٹھائے اور کندھوں تک کاٹ دیا درد پھر بھی ٹس سے مس نہ ہوا۔ سکون نام کی چیز اس سے کوسوں دور تھی۔ بدحواسی کے عالم میں جنگل کی طرف بھاگ نکلا۔ جنگل میں ایک درخت کے نیچے جا بیٹھا اور اللہ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگنے لگا۔

کئی راتوں کو نہ سونے کی وجہ سے کافی تھکاوٹ تھی۔ اچانک نیند کا غلبہ ہوا اور وہیں سوگیا۔ خواب میں ایک آواز سنائی دی کہ جب تک اس مظلوم کا حق ادا نہیں کرے گا، تو یوں ہی عذاب میں مبتلا رہے گا۔ فوراً آنکھ کھلی سوچا کہ کونسا ظلم مجھ سے صادر ہوا ہے؟ جس کی یہ بھیانک سزا میں بھگت رہا ہوں۔ جلد ہی اس کے ذہن میں مچھیرے پر ظلم کا واقعہ آ گیا۔ فوراً شہر پہنچا اور زور زور سے ندا دینے لگا کہ خدارا وہ شخص مجھے ملے جس پر میں نے فلاں دن ظلم کرکے مچھلی غصب کی تھی۔ اتفاقاً وہی مچھیرا مچھلیاں بیچنے بازار آیا ہوا تھا وہ اس دردمندانہ اعلان کی طرف متوجہ ہوا اور اس کی طرف آیا۔ مچھیرے کو دیکھتے ہی وہ ظالم اس کے پاؤں پڑ گیا اور اپنے کیے کی دست بستہ معافی مانگنے لگا۔ مچھیرے نے جب اس کا حلیہ (جو ہاتھ کندھوں تک کٹنے کی وجہ سے بگڑ چکا تھا) دیکھا اور آہ وزاری سنی تو اس کا دل بھر آیا اور معاف کردیا۔

پھر ظالم نے مچھلی کی پوری قیمت ادا کی اور گھر کی طرف چل پڑا۔ تب اسے آرام محسوس ہو رہا تھا۔ رات کو سویا صبح اٹھ کر دیکھا تو پورا بازو صحیح سالم ہوگیا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰ علیہ السلام کی طرف وحی بھیجی کہ اگر یہ شخص توبہ نہ کرتا اور معافی نہ مانگتا تو یونہی عذاب میں مبتلا رہتا۔ اس کے سچے دل سے توبہ کی وجہ سے ہم نے اسے معاف کردیا اور اس کا بازو بھی ٹھیک کردیا۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو غریبوں پر ظلم کرنے سے بچائے (آمین) (مرسلہ: علی حیدر۔ فیصل آباد)

حکیم لقمان کی قیمتی نصیحتیں

ایک بار حکیم لقمان نے فرمایا:

آج تک میں نے تم کو کافی نصیحتیں کی ہیں لیکن اس وقت میں تم کو اس قسم کی پانچ وصیتیں کرتا ہوں جن میں گزشتہ چیزوں اور آنے والی چیزوں کا علم پوشیدہ ہے۔

☆ پہلی چیز یہ ہے کہ دنیا کے ساتھ صرف اس قدر مشغولیت رکھو، جس قدر تم کو دنیا میں قیام کرنا ہے۔

☆ دوسری چیز یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کی اتنی عبادت کرو جتنی تم کو اس کی طرف ضرورت ہے۔

☆ تیسری چیز یہ ہے کہ آخرت کے واسطے اس قدر عمل کرو کہ جس قدر تم کو آخرت میں قیام کرنا ہے۔

☆ چوتھی چیز یہ ہے کہ جہنم سے نجات کے واسطے اس وقت تک کوشش اور جدوجہد کرتے رہنا کہ جس وقت تک تم کو نجات اور مغفرت کا یقین حاصل نہ ہوجائے۔

☆ پانچویں چیز یہ ہے کہ گناہوں پر تمہاری جرأت اور دلیری صرف اتنی ہونی چاہیے جتنا کہ تم اللہ کے عذاب کو برداشت کرسکتے ہو (مرسلہ: عائشہ جمیل۔ حاصل پور)

اندھے فقیر کی بصیرت

کئی سال پہلے کی بات ہے کہ ملک شام پر ایک رحم دل بادشاہ حکومت کرتا تھا۔ شکار کا شوقین بادشاہ ایک دن اپنے کچھ سپاہیوں کو لیکر جنگل میں شکار کو گیا۔ لیکن راستے میں آندھی اور طوفان کی وجہ سے وہ اپنے سپاہیوں سے بچھڑ گیا۔ بادشاہ نے اپنے سپاہیوں کو بہت تلاش کیا لیکن وہ نہ ملے۔ اب اسے پیاس بھی ستانے لگی اور وہ پانی کی تلاش میں جنگل میں ادھر ادھر بھٹکتا رہا کہ اس دوران اسے ایک جھونپڑی نظر آئی جس میں ایک اندھا فقیر رہتا تھا۔ بادشاہ اس کے پاس گیا اور اس سے پانی مانگا۔ فقیر نے بادشاہ کو پانی پیش کرتے ہوئے کہا ''بادشاہ سلامت! پانی حاضر ہے۔'' بادشاہ حیران ہوا اور بولا ''آپ کو کیسے معلوم ہوا کہ میں بادشاہ ہوں جبکہ آپ کی بینائی نہیں ہے؟'' فقیر نے جواب دیا کہ ''آپ کی آمد اور گفتگو سے'' پانی پی کر بادشاہ نے اس کا شکریہ ادا کیا اور اس کی دانائی پر خوش ہوکر اسے اشرفیوں کی ایک تھیلی بطور انعام عطا کی جسے فقیر نے یہ کہہ کر لینے سے انکار کردیا کہ میں خدمت کی قیمت وصول نہیں کرتا اور دولت سے مجھے پیار نہیں جبھی تو دنیا والوں سے دور اس جنگل بیابان میں اللہ تعالیٰ کا قرب حاصل کرنے کے لیے رہ رہا ہوں۔ اس دوران بادشاہ کے سپاہی اسے ڈھونڈتے ہوئے جھونپڑی تک پہنچ گئے اور بادشاہ فقیر کا دوبارہ شکریہ ادا کرکے اپنے سپاہیوں کے ساتھ محل کی طرف روانہ ہوگیا۔

(مرسلہ: عمیر بھٹی۔ بہاول نگر)

نیند ادھوری، زندگی ادھوری

(تحریر: سید محمد یونس۔ راولپنڈی)

نیند لانے کے لیے ایک مفید ورزش یہ ہے کہ بستر پر لیٹ کر 3 بار استغفار، ایک بار آیت الکرسی اور 3 بار درود پاک کے ساتھ 3 بار سورۂ اخلاص پڑھ کر چند گہرے سانس لیے جائیں اور جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیا جائے

جب تمام دن مشقت کر کے انسان تھک جاتا ہے تو اس کو مکمل آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس آرام کو جس میں وہ دنیا سے تقریباً کٹ جاتا ہے، نیند کہتے ہیں۔ نیند کی مقدار کا تعین ہر شخص کے لیے یکساں نہیں ہے۔ اس کی مقدار عمر، آب و ہوا، تندرستی اور بعض دیگر گھریلو یا ذہنی حالات میں مختلف ہوتی ہے۔ ایام طفولیت میں نیند کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ جبکہ عمر کے ساتھ ساتھ یہ مقدار 6 گھنٹے تک اور بڑھاپے میں مزید کم ہو جاتی ہے۔ بڑھاپے میں نیند نہ بھی آئے تب بھی پرانے حکماء نے مشورہ دیا ہے کہ آٹھ نو گھنٹے بستر پر لیٹ کر گزارنے چاہئیں تاکہ جسم کو اپنی قوت کو محفوظ رکھنے کا موقع ملے۔ بیمار آدمی کو تندرست کی نسبت زیادہ آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس طرح دماغی کام کرنے والوں کو عام لوگوں کی نسبت زیادہ آرام اور نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ نیند کے کئی درجے ہوتے ہیں۔ مگر بہترین نیند وہ ہوتی ہے جو گہری اور پرسکون ہو۔ موسم گرما میں جب راتیں چھوٹی ہوتی ہیں دن میں ایک دو گھنٹے سو جانا صحت کے لیے بہتر ہوتا ہے۔ رات کو جلد سونا اور صبح کو جلدی اٹھنا ایک طبعی عمل ہے۔ ہمارے نبی کریم ﷺ نے عشاء کے بعد جلد سو جانے کی تاکید فرمائی ہے تاکہ آدمی پوری بشاشت سے جاگ کر نماز فجر پڑھے۔ یہ مسنون عمل صحت کے لیے بہت مفید ہے۔

سونے کے کمرے میں زیادہ اور فالتو سامان نہیں ہونا چاہیے کمرہ ہوادار ہو۔ سوتے وقت لباس بھی ڈھیلا ڈھالا ہونا چاہیے۔ زمین پر سونے سے پرہیز کرنا چاہیے کیونکہ زمین کی نمی یا گرمائش سے کئی طرح کی بیماریوں کے شکار ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ نیز موذی اور رینگنے والے جانوروں، حشرات الارض کے کاٹ لینے کا احتمال رہتا ہے۔ موسم برسات میں کھلی جگہ پر نہیں سونا چاہیے۔ سوتے وقت سر نہ تو زیادہ اونچا رکھنا چاہیے اور نہ ہی نیچا ہونا چاہیے۔ اکثر لوگوں کو نیند نہ آنے کا عارضہ ہو جاتا ہے۔ اس کی کئی وجوہات ہوتی ہیں۔ معدہ کی خرابی، صاف ہوا کی قلت، گرمی کی شدت، تھکان یا سخت دماغی محنت وغیرہ۔ ان کا تدارک کیا جانا ضروری ہوتا ہے ورنہ صحت خراب ہو سکتی ہے۔ ایک بات یاد رکھیے کہ بلاوجہ خود کو نیند آور ادویات کا عادی نہیں بنانا چاہیے۔ نیند لانے کے لیے بہترین ترکیب یہ ہے کہ بستر پر لیٹ کر دماغ کو فکر و تردد سے آزاد چھوڑ دینا چاہیے۔ نیند لانے کے لیے ایک مفید ورزش یہ ہے کہ بستر پر لیٹ کر 3 بار استغفار، ایک بار آیت الکرسی اور 3 بار درود پاک کے ساتھ 3 بار سورۂ اخلاص پڑھ کر چند گہرے سانس لیے جائیں اور جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیا جائے اور خیال یہ کرے کہ میں میٹھی اور گہری نیند سو رہا ہوں۔ کچھ ہی دیر میں پرسکون نیند آ جاتی ہے۔

وہ لوگ جنہیں کسی مرض کی وجہ سے نیند نہ آتی ہو ان کے لیے درج ذیل نسخہ تیر بہدف ہے۔ استعمال کریں اور میٹھی نیند کے مزے لوٹ کر ہمیں دعائیں دیں۔

ھوالشافی

کشنیز خشک (سوکھا دھنیا)۔ صندل سفید۔ چھوٹی چندن 50,50 گرام کو بہت باریک سفوف کر لیں۔ 1/2 ماشہ تا 1 ماشہ حسب ضرورت دن میں 3 بار عرق گلاب کے ساتھ اور رات کو سوتے وقت دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ ان شاء اللہ بہت مزے کی نیند آئے گی۔

گلے کے ٹانسلز کے لیے

جامن کے پتے (جو نئے نکلتے ہیں) نرم چھوٹے ہوں (مٹھی بھر) لیکر چار گلاس پانی میں دھو کر ڈال دیں اور پکنے کے لیے آگ پر رکھ دیں جب پانی ڈیڑھ گلاس رہ جائے تو اس میں چٹکی بھر نمک ڈال کر نیم گرم پانی سے غرارے کریں۔ صبح، شام ایسا کرنے سے تقریباً ایک ہفتے میں آرام آ جاتا ہے۔ اس نسخے سے وہ لوگ بھی مستفید ہوئے ہیں۔ جنہیں ڈاکٹروں نے آپریشن کروانے کے لیے کہا تھا۔ یہ طریقہ علاج میرا اپنا آزمودہ ہے۔

(مرسلہ: رفعت خانم۔ فیصل آباد)

بیس سالہ محنت

اس دنیا میں ہر کامیابی ''بیس سالہ'' محنت مانگتی ہے۔ اس کے بغیر یہاں کوئی بڑی کامیابی حاصل نہیں کی جا سکتی

(تحریر: مولانا وحیدالدین خان)

''کولمبس نے امریکہ کو دریافت کیا''............ چھ لفظ کے اس جملہ کو آج ایک شخص چھ سیکنڈ سے بھی کم وقت میں اپنی زبان سے ادا کر سکتا ہے مگر اس واقعہ کو ظہور میں لانے کے لیے کولمبس کو 20 پُر مشقت سال صرف کرنے پڑے۔

کرسٹوفر کولمبس (Christopher Columbus) 1451 کو اٹلی میں پیدا ہوا۔ 1506 میں اسپین میں اس کی وفات ہوئی۔ امریکہ کی دریافت حقیقتاً یورپ کے لیے مشرق کا سمندری راستہ دریافت کرنے کی کوشش کا ایک ذریعہ تھا۔ کولمبس نے 1484 میں پرتگال کے شاہ جان دوم (John II) سے درخواست کی کہ وہ اس بحری سفر کے لیے اس کی مدد کرے۔ مگر شاہ پرتگال نے اس کو بے فائدہ سمجھ کر مدد کرنے سے انکار کر دیا۔

اس کے بعد کولمبس نے کیسٹلی (Castile) کی ملکہ ازبیلا (Isabella) سے مدد کی درخواست کی یہاں بھی اس کو مثبت جواب نہیں ملا۔ تاہم کولمبس نے اپنی کوشش جاری رکھی۔ یہاں تک کہ آٹھ سال کے بعد ملکہ اس نے اس کو کشتیاں اور ضروری سامان مہیا کر دیا۔

کولمبس نے تین کشتیوں کے ساتھ اپنا پہلا سفر ۳ اگست 1494 کو شروع کیا۔ تاہم اس سفر میں وہ امریکہ کے ساحل تک پہنچنے میں کامیاب نہ ہو سکا۔ ہر قسم کی مشکلات اور آزمائشوں کے باوجود کولمبس اپنی کوشش میں لگا رہا۔ آخر کار چوتھے سفر کے بعد 1504 میں وہ ''نئی دنیا'' کو دریافت کرنے میں کامیاب ہو گیا (10/691) کولمبس سے پہلے دنیا دو حصوں میں بٹی ہوئی تھی۔ کولمبس کی دریافت نے (نئی اور پرانی) دونوں دنیاؤں کو ملا کر ایک کر دیا۔ یہ بلاشبہ ایک عظیم دریافت تھی۔ مگر یہ دریافت صرف اس وقت ممکن ہو سکی جب کہ کولمبس اور اس کے ساتھی بے حوصلہ ہوئے بغیر بیس سال تک اس جان جوکھم منصوبہ کی تکمیل میں لگے رہے۔

یہی اس دنیا میں کامیابی کا طریقہ ہے اس دنیا میں ہر کامیابی ''بیس سالہ'' محنت مانگتی ہے۔ اس کے بغیر یہاں کوئی بڑی کامیابی حاصل نہیں کی جا سکتی۔

نماز کی ورزش اور سائنس کی حیرت

صبح یا دوپہر کو نیند سے اٹھنے کے بعد انسان کا سارا جسم ڈھیلا ڈھالا اور دماغ بوجھل بوجھل ہوتا ہے لیکن جونہی انسان وضو اور نماز سے فارغ ہوتا ہے وہ ایک دم تروتازہ ہوجاتا ہے (تحریر: لیڈی ڈاکٹر فرحت شفیع گائناکولوجسٹ۔ جنرل اینڈ مینٹل ہسپتال مانسہرہ)

نماز پڑھیئے، چاک و چوبند رہیئے: آج کل کے مصروف ترین دور میں جسمانی اور ذہنی آرام وسکون کا فقدان ہے اور انسان آرام وسکون کے حصول کے لیے بے دریغ نشہ آور غذاؤں اور ادویات کا استعمال کرتا ہے۔ اس کے علاوہ ماحولیاتی آلودگی نے بھی انسان کا جینا دوبھر کردیا ہے۔ گرد وغبار اور دھوئیں نے ماحول کو سخت آلودہ کررکھا ہے۔

آلودگی کے اس ماحول میں صرف اور صرف پانچ وقت نماز اور وضو کے ذریعے بھی آلودگی اور بے سکونی سے نجات مل سکتی ہے نماز اور وضو بھی انسان کو تروتازہ اور چاک و چوبند رہنے میں مدد دیتے ہیں۔ گرد وغبار سے اٹا، تھکا ہارا انسان ایک گھنٹہ نیند سے اتنا جسمانی اور ذہنی سکون حاصل نہیں کرسکتا جتنا وضو کرکے نماز پڑھنے سے حاصل کرتا ہے۔

وضو، غسل اور مسح: وضو، غسل اور مسح میں چھونے کی حس یعنی (Sense of Touch) سے کام لیا جاتا ہے۔ ہماری ساری جلد میں اور خصوصاً وہ اعضاء جو بار بار وضو میں دھوئے جاتے ہیں، میں لاتعداد (Sensory Receptors) موجود ہیں۔ انہیں غسل، وضو اور مسح میں ہتھیلیوں اور انگلیوں کی مدد سے ارتعاش یعنی رگڑا جاتا ہے جس سے وہ Charge ہوجاتے ہیں اور ایک دم بہت ہلکی ہلکی بجلی کی کرنٹیں (Electrical Impulses) حرام مغز کے ذریعے دماغ کو بھیجتے ہیں۔ لہٰذا دماغ ایک بڑی مقدار میں بجلی وصول کرلیتا ہے اور تازہ دم ہوجاتا ہے اور اگر غسل اور وضو کا پانی ٹھنڈا ہوگا تو یہ (Charging) اور بھی زیادہ مؤثر ہوگی۔ یہی وجہ ہے کہ سلف صالحین غسل اور وضو موسم سرما میں بھی ٹھنڈے پانی سے کیا کرتے تھے۔

آپ نے تجربہ کیا ہوگا کہ صبح یا دوپہر کو نیند سے اٹھنے کے بعد انسان کا سارا جسم ڈھیلا ڈھالا اور دماغ بوجھل بوجھل ہوتا ہے لیکن جونہی انسان وضو اور نماز سے فارغ ہوتا ہے وہ ایک دم تروتازہ ہوجاتا ہے اور اگر وہ ٹھنڈے پانی سے غسل اور وضو کرتا ہے تو بہت تروتازگی اور فرحت محسوس کرتا ہے گویا وضو اور نماز سے پہلے اور بعد کی حالت میں زمین وآسمان کا فرق ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ ناک کی اندرونی ہڈی میں بھی آلیکٹری نرو (Olectory Nerve) کے (Sensory Receptor) ہوتے ہیں دوران وضو اور غسل ناک کے اندر جب پانی کھینچا جاتا ہے یہاں تک کہ ناک کی اندرونی ہڈی میں جلن محسوس ہو (ایسا کرنا غسل میں فرض ہے) تو اس عمل سے براہ راست دماغ کو برقی لہریں فراہم ہوتی ہیں جس سے دماغ روشن اور تازہ دم ہوجاتا ہے۔

☆ وضو میں چہرہ دھوتے وقت آنکھوں کو بھی دھویا جاتا ہے اور آنکھوں کا اندرونی گرد وغبار دھل جاتا ہے۔ آنکھوں کا دوران خون تیز ہوجاتا ہے۔ بینائی تیز ہوجاتی ہے۔ آنکھوں کا لعاب سوکھنے نہیں پاتا۔ اگر آنکھوں اور چہرے کو نمک ملے پانی سے دھویا جائے تو آنکھوں میں موجود تمام جراثیم بھی دھل جاتے ہیں۔

☆ جس طرح ائیر کنڈیشنڈ کی جالی گرد وغبار اور ہوا میں موجود آلودگی سے بھر جاتی ہے جس کی وجہ سے ہوا کی ٹھنڈک کم ہو جاتی ہے لہٰذا ہفتہ میں ایک مرتبہ اس کو نکال کر دھویا جاتا ہے۔ اس طرح ہماری ناک بھی ائیر کنڈیشنر کا کام کرتی ہے۔

1- باہر کی ٹھنڈی ہوا کو گرم کرتی ہیں
2- خشک ہوا کو مرطوب کرتی ہے
3- اس کو گرد وغبار اور جراثیم سے پاک کرتی ہے

ناک میں موجود رطوبت اور بال ساری آلودگی اپنے اندر جذب کرکے صاف ہوا پھیپھڑوں میں بھیجتے ہیں۔ لہٰذا اتنے اہم کام کے لیے ناک کی اندرونی سطح کی ساری آلودگی جب دن میں پانچ مرتبہ صاف کی جائے تو سانس لینے میں کتنی سہولت ہوتی ہے اور صاف گرم اور مرطوب ہوا بھی اندر جاتی ہے اور ناک کا ائیر کنڈیشنر خراب نہیں ہوتا۔

☆ اگر الیکٹرانک مائیکروسکوپ سے انسانی جلد کا مشاہدہ کیا جائے تو آپ کو یہ دیکھ کر حیرت ہوگی کہ انسانی جلد کا منظر آپ کے لان میں اُگی ہوئی گھاس سے مختلف نہیں۔ گھاس کے بیچ میں لاکھوں، کروڑوں اور (بقیہ صفحہ نمبر 22 پر)

عبقری سے فیض پانے والے

دو انمول خزانے کا فیض: میں تقریباً پندرہ سال سے بیمار تھی۔ تقریباً آٹھ نو سال سے بیماریاں شدت اختیار کرگئیں تھیں۔ ڈاکٹر اور حکیموں کا علاج کرواکر تھک گئی تھی۔ ہر چھ سات مہینے بعد جب آرام نہ آتا تو ڈاکٹر بدل لیتی تھی۔ شاید اس کے علاج سے آرام آجائے۔ تھوڑے عرصے دوائی اثر کرتی پھر طبیعت زیرو پرآجاتی۔ بہت پریشان تھی پھر اللہ کے فضل سے کسی نے مجھے حکیم طارق محمود صاحب کا بتایا۔ انہوں نے جسمانی و روحانی تشخیص کے بعد مجھے دوائی کی بجائے دو انمول خزانے پڑھنے کے لیے دیے اور تقسیم کرنے کو بھی کہا۔ میں 313 انمول خزانے خرید کر لوگوں کو تقسیم کیے اور دونوں خزانے بغیر ناغہ کیے ہوئے مستقل پڑھتی رہی آہستہ آہستہ میری دوائیاں اثر کرنے لگیں طبیعت میں سکون سا آ گیا۔ تھوڑے عرصے بعد میری دوائیاں بھی مجھ سے چھوٹ گئیں۔ بلڈ پریشر، کولیسٹرول اور بواسیر ایسے ختم ہوگئیں جیسے کبھی تھی ہی نہیں۔ معدہ کی تکلیف بھی برائے نام رہ گئی اور میرا دوسرا مسئلہ میرا شوہر کا تھا۔ میری شادی کو 24 سال ہوگئے تھے میں پندرہ سال سے شوہر سے علیحدہ اپنے والدین کے ساتھ رہ رہی تھی۔ مختلف وجوہات کی بنا پر میری علیحدگی ہوگئی تھی۔ نہ وہ مجھے طلاق دیتا تھا نہ میری اس سے خلع لینے کی ہمت ہوتی تھی۔ کیونکہ وہ میرے دو بچوں کا باپ تھا۔ میں اس کی بدنامی نہیں چاہتی تھی لیکن میرے دل میں اس کے لیے بالکل جگہ نہیں تھی۔ اس سے رشتہ رکھنا بھی نہیں چاہتی تھی۔ میں وظیفہ پڑھ کر خدا سے دعا کرتی یا اللہ تو میرے دل کا حال جانتا ہے میں اپنا فیصلہ تیرے پر چھوڑتی ہوں جو تو کرے گا میرے لیے بہتر ہوگا تو ہی مجھے راستہ دکھا۔ کچھ ہی مہینوں بعد اچانک اس کے فوت ہونے کی اطلاع ملی چلتے پھرتے اسے ہارٹ اٹیک ہوگیا۔ میں اللہ تعالیٰ کے فیصلے پر حیران ہوگئی کہ یا اللہ تو نے مجھے کیسے طلاق اور خلع کے دھبے سے بچالیا (مرسلہ: شاہدہ۔ لاہور)

ملحوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، کوشش کے باوجود کمی بیشی ہو سکتی ہے، اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

مسلمان بھائی کی پسند کا خیال: جو چیز تو اپنے لیے پسند نہیں کرتا وہ کسی مسلمان بھائی کے لیے بھی پسند نہ کر

لڑکے،لڑکیوں اور والدین کے لیے

نوجوان، پیار و محبت کے متلاشی

قارئین زیر نظر تحقیق مثبت ذہن کے ساتھ شائع کی جا رہی ہے۔ لڑکے ، لڑکیا ں اور والدین بھی ضرور پڑھیں کیونکہ یہ تحریر وقت ،معاشر ہ اور اخلا ق کی اشد ضرورت ہے

جنگی تباہ کاریوں کے نئی نسل پر اثرات: غیر ملکی ماہرین نفسیات نے یورپ کے نوجوانوں کی جنسی آزادی اور بے راہ روی، توڑ پھوڑ کی عادت اور ذرا سی بات پر مشتعل ہو کر ہنگامے بپا کرنے کے رجحان کو دوسری عالم گیر جنگ کی تباہی کا نتیجہ قرار دیا ہے جب یہ جواں سال پود بچپن میں تھی، ان کے گھر بموں سے تباہ ہوئے، سکول کھنڈر بنے، کھیلوں کے میدانوں میں آگ اگلتے ٹینک دوڑے اور ان بچوں کے ماں باپ ان کے سامنے مارے گئے۔ انہوں نے ہر سو آگ، خون اور تباہی دیکھی وہ کیڑوں مکوڑوں کی طرح جنگلوں اور بیابانوں میں چھپ چھپ کر زندہ رہے۔ انہوں نے اپنے ننھے منے ساتھیوں کے جسموں کی بوٹیاں اڑتی دیکھیں۔ ان بھیانک اثرات کو ذہن میں لیے ہوئے یہ بچے لڑکپن اور جوانی کے سنگم پر آئے تو سراپا آگ بن گئے اور اخلاقی تباہی کا شکار ہوئے۔

پاکستان، جن حالات میں معرض وجود میں آیا، ان کے اثرات جنگِ عظیم والے تھے۔ اس وقت کے بچے جب جوان ہوئے پھر باپ بنے تو بھی بچپن کے بھیانک اثرات کے ان کے ذہنی لاشعور میں موجود رہے۔ ان کے اندر زود پشیمانی، غصہ اور چڑ چڑا پن پیدا ہو گیا۔ اسکے نتیجے میں یہ باپ اپنے بچوں کے لیے مصیبت بن گئے ان کا انداز آمرانہ ہو گیا اور بچوں کو بلاوجہ ڈانٹنے اور مارنے پیٹنے لگے۔ پاکستان بنا تو ایک روز کے لیے بھی سکون نصیب نہیں ہوا۔ معاشرتی خرابیاں بڑھنے لگیں اور معاشرتی زندگی کا لازمی جز و بن گئیں۔ مہنگائی، رشوت، خویش پروری اور معاشرتی بے انصافیوں نے ایسی غیر یقینی اور نفسانفسی کی کیفیت پیدا کر دی کہ بچوں نے ماں باپ کو ہر وقت سر جھکائے ہوئے افسردہ اور اداس دیکھا۔

معاشی پریشانیاں: والدین روٹی کپڑے کی چکی میں پس رہے ہیں۔ معاش کی ضمانت دینے والا کوئی نہیں۔ کچھ بھروسہ نہیں ہوتا کہ کس وقت کارخانہ دار انہیں نوکری سے جواب دے دے یا وہ چھانٹی میں آ جائیں۔ وہ اپنے بچوں کا پیٹ بھرنے، ان کا تن ڈھانکنے، انہیں تعلیم دلانے اور انہیں بیماریوں سے بچائے رکھنے کے لیے خون پسینہ ایک کر رہے ہیں۔ وہ دن بھر محنت و مشقت کرتے اور رات اس غم میں آہیں بھرتے گزار دیتے ہیں کہ وہ بچوں کی تمام ضروریات پوری نہیں کر سکتے انہوں نے بچوں کی خاطر اپنا خون بھی خشک کر دیا ہے پھر بھی بچے ان سے نالاں ہیں اور مطمئن نہیں کیونکہ وہ ماں باپ سے صرف روٹی، کپڑا اور دوائیاں نہیں مانگتے، وہ توجہ اور پیار کے طلب گار ہوتے ہیں۔ ماں باپ کے پاس نہ وقت ہوتا ہے، نہ سکون کہ بچوں کے ساتھ مسکرا کر بات بھی کر سکیں۔ بلکہ وہ غمِ روزگار سے اکتائے ہوئے ذرا ذرا سی بات پر بچوں کو ڈانٹ دیتے ہیں یا معاشرتی ناہمواریوں اور غیر یقینی کوائف کا غصہ بچوں کے منہ پر تھپڑ مار کر ٹھنڈا کر لیتے ہیں۔ گھر کی فضا میں تناؤ رہتا ہے۔ کوئی کسی کے ساتھ کھل کر بات نہیں کرتا۔ بچوں کو جذبات کے اظہار کا کوئی ذریعہ نہیں ملتا۔ لہٰذا وہ آپس میں لڑتے جھگڑتے اور گالی گلوچ سے جذباتی گھٹن کو ذرا کم کر لیتے ہیں۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ لاشعور میں محرومیوں اور زود پشیمانی کا زہر لیے ہوئے بڑے ہوتے ہیں یہ زہر انہیں لڑکپن میں اظہاریت کی غلط راہوں پر لے جاتا ہے۔ جہاں وہ تنہائی میں جنسی ہیجان میں مبتلا ہو جاتے ہیں اور اجتماعی طور پر وہ ہنگامہ پروری پر آمادہ رہتے ہیں اور اینٹ اور پتھر کی زبان میں بات کرتے ہیں۔ یہ کیفیت متوسط اور نچلے درجے کے گھرانوں میں پائی جاتی ہیں۔ امیر کبیر گھرانوں کے بچے بھی نفسیاتی آسودگی سے محروم ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ان کے والدین انہیں قیمتی کپڑے پہنانے، ڈائننگ ٹیبل پر نہایت اچھے برتنوں میں کھانا کھلانے، انہیں یورپی تہذیب و تمدن سے روشناس کرانے اور انہیں انگریزی سکولوں کالجوں میں داخل کرا دینے کو صحیح تعلیم و تربیت سمجھ کر مطمئن ہو جاتے ہیں مگر اس سے نہ تعلیم کا مقصد پورا ہوتا ہے نہ تربیت کا۔

بچوں کی اصل ضرورت: بچہ غریب کا ہو یا امیر کا اس کی ضروریات روٹی، کپڑے اور آسودہ زندگی تک محدود نہیں ہوتیں۔ وہ توجہ اور پیار چاہتا ہے۔ آزما کر دیکھئے۔ اگر امیر گھرانے کے بچے کو پیار کے دو کلمے کہہ کر روکھی سوکھی روٹی دو تو قبول کرلے گا اور اگر غریب کے بچے کو دھتکار کر مٹھائی دو تو وہ قبول تو شائد کر لے لیکن دوسری بار آپ کی صورت نہیں دیکھنا چاہے گا۔ بچے کو اس سے کوئی دلچسپی نہیں ہوتی کہ ماں باپ اس کے لیے کس قدر صبر آزما جدو جہد کر رہے ہیں اور اسے کس قدر شاہانہ آسائشیں مہیا کر رہے ہیں۔ اس کے مطالبات اور تقاضے کچھ اور ہوتے ہیں۔

بچوں کے ضدی اور سڑیل ہونے کے اسباب:

بچہ ماں باپ کے پاس بیٹھ کر ان سے باتیں کرنا اور ان کی باتیں سننا چاہتا ہے اور وہ چاہتا ہے کہ اس سے براہ راست مخاطب ہوا جائے۔ وہ اپنی معصوم حرکتوں کی داد چاہتا ہے۔ وہ سکول سے واپس آتا ہے تو ماں باپ کو دن بھر کی روئیداد سنانا چاہتا ہے۔ وہ ماں باپ کے ساتھ کھیلنا چاہتا ہے۔ گرد و پیش کی ہر ایک چیز کے متعلق ڈھیروں سوال پوچھنا چاہتا ہے۔ آپ نے دیکھا ہو گا کہ بچہ امیر کا ہو یا غریب کا، باپ کے جوتے پہن کر چلنے کی کوشش کرتا ہے۔ وہ دراصل یہ ظاہر کرنا چاہتا ہے کہ باپ کے جوتے پہن کر وہ باپ جتنا بڑا ہو گیا ہے۔ اور اسے باپ جتنی اہمیت حاصل ہو گئی ہے۔ ماں باپ بچوں کے ان بھولے بھالے مطالبوں، معصوم اشاروں، ننھی منی حرکتوں، باتوں اور سوالوں کی طرف کوئی توجہ نہیں دیتے۔ بعض ماں باپ انہیں ڈانٹ کر چپ کرا دیتے ہیں۔ معاشرتی ناہمواریوں سے اکتائے یا تھکے ہوئے باپ بچوں کو بری طرح دھتکار دیتے ہیں اور امیر والدین بچوں کو نوکرانیوں یا آیا وغیرہ کے حوالے کر کے پارٹیوں یا تقریبوں میں چلے جاتے ہیں۔ اس رویے سے بچے کے دل پر باتیں کہنے اور (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

میری خوشحالی کا راز (ابو حجاب۔ لاہور)

بندہ بے روزگاری اور قرض سے سخت پریشان تھا۔ کہیں سے عمل ملا جس کو یقین سے کیا اور اس کے اثرات چند روز میں رونما ہوئے عمل اس طرح ہے۔

اتوار کے دن فجر کی سنت ادا کر کے عمل شروع کریں اول آخر درود شریف 3 بار پہلے دن ستر (70) بار سورۃ فاتحہ اس طرح پڑھیں کہ بسم اللہ کی میم کو الحمد کے لام کے ساتھ ملا کر شروع کریں آخر تک سورۃ فاتحہ پڑھیں، دوسرے دن 60 بار اور تیسرے دن 50 بار اس طرح ہفتہ کو 10 بار پڑھیں۔ اس طرح 3 ہفتے کا عمل کیا مکمل ہونے پر ملتان سے ایک رشتہ دار کا فون آیا کہ ایک سیٹھ نے نئی فرم کھولی ہے لاہور آ رہے ہیں ان سے ملاقات کر لینا وہ سیٹھ لاہور آئے مجھ سے چند عام سوال کیے اور اسی دن جہاز سے ملتان لے گئے جہاں میں رشتے دار کے ہاں رہا اور ایک ماہ کی ٹریننگ کے بعد لاہور میں اس کمپنی کا دفتر کھل گیا تھا وہاں پر منیجر کی پوسٹ پر کام شروع کر دیا۔

مئی کی بیماریاں، علاج اور غذائیں

انتخاب: رانا دیگل خان۔ جھنگ

اس ماہ میں لباس عام سوتی کپڑے کا پہنیں تا کہ بدن تک سورج کی شعاعیں پہنچنے میں مناسب رکاوٹ رہے۔ ویسے بھی اس قسم کے لباس میں آ کر جسم ٹھنڈا رہتا ہے۔ بالکل باریک ململ یا وائل کے کپڑے نقصان دہ ہوتے ہیں

فصل ربیع کا تیسرا مہینہ مئی ہے چونکہ اس ماہ سے ہمارے ملک (پاکستان) میں اچھی خاصی گرمی پڑنی شروع ہو جاتی ہے اور موسم سرما کے اثرات مکمل طور پر ختم ہو جاتے ہیں اس لیے ہوا میں نمی کم ہو کر حرارت تیز تر ہونے لگتی ہے۔ جس کی بناء پر ہوا کا بھاری پن ختم ہو جاتا ہے اور ہوا گرم ہو کر بالائی فضا میں چلی جاتی ہے اور اس خلا کو پُر کرنے کے لیے ٹھنڈی ہوا آ جاتی ہے۔ ہوا کے اس مسلسل چکر کے باعث ہوا کی کثافتیں کم ہو کر ہمیں صاف ہوا لگنے لگتی ہے۔

سورج اور دھوپ کی شدید حرارت کے باعث فضا گرم ہو جاتی ہے جس سے انسانی اجسام بھی متاثر ہوتے ہیں اور نہ صرف یہ کہ بدن کی بیرونی جلد کا ہی درجہ حرارت بڑھ جاتا ہے بلکہ حرارت کے باعث رطوبتِ بدن کم ہو کر پیاس میں شدت آ جاتی ہے اور چونکہ نمک رطوبتوں کو اکٹھا کر کے اخراج کا باعث بنتا ہے اس لیے اس موسم میں زیادہ نمکین چیزیں کھانے سے پرہیز ضروری ہے۔ اسی طرح زیادہ حرارت کی وجہ سے معدہ کمزور ہو جاتا ہے اور سری پائے، گائے کا گوشت وغیرہ انتہائی ثقیل غذاؤں کو خاطر خواہ ہضم کرنے کی اہلیت نہیں رکھتا، گائے اور بکری کا دودھ اس موسم میں بہ نسبت بھینس کے دودھ کے اجزاء ترکیبی اور تاثیر کے لحاظ سے زیادہ فائدہ مند سمجھا گیا ہے۔

جہاں تک ورزش کا تعلق ہے آپ جانتے ہیں حرکت سے حرارت پیدا ہوتی ہے اور موسم گرما کے باعث پہلے ہی بدن متاثر ہو رہا ہو تو اسے مزید متاثر کرنے کا سبب بنتی ہے۔ مگر طلوع آفتاب سے قبل اگر معمولی قسم کی ورزش کر بھی لی جائے تو زیادہ نقصان دہ نہیں۔ ہمارے ملکی حالات کے اس موسم میں دن میں دو یا تین بار غسل کرنا بھی بیحد مفید ہے تا کہ پسینہ کی بدبو اور میل کچیل صاف ہو کر جلد کے مسامات کھل جائیں۔ اس ماہ میں صبح کی ابتداء چائے کی بجائے کسی ٹھنڈے مشروب سے کرنی چاہیے جیسے شربت صندل، شربت بزوری یا بادام سے تیار شدہ سردائی وغیرہ۔ ناشتہ میں مچھلی، گوشت اور انڈوں کی بجائے دودھ، دہی، مکھن اور لسی زیادہ مفید ہے۔ اسی طرح دوپہر اور رات کے کھانوں میں سبز پتوں والی سبزیاں اور دالیں زیادہ استعمال کریں۔ کھانے کے ہمراہ انار دانہ، پودینہ یا دھنیا کی چٹنی، پیاز اور سلاد بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ سوڈا واٹر، چائے، کافی، قہوہ وغیرہ سے حتی الوسع پرہیز کریں تو آپ کی صحت کے لیے زیادہ بہتر ہو گا۔ دھوپ میں زیادہ دیر ٹھہرنے، کام کرنے یا سفر کرنے میں احتیاط رکھیں۔ ضرورت کے وقت سر پر چھجے دار تنکوں کی بنی ہوئی ٹوپی استعمال کریں تا کہ سورج کی شعاعیں براہ راست ننگے سر یا گردن پر نہ پڑیں۔ ورنہ سر درد، بخار، نزلہ زکام، آشوب چشم اور گردن توڑ بخار جیسی بیماری کا حملہ ہو سکتا ہے۔ باہر سے آ کر فوراً بجلی کے پنکھے تلے یا ایئر کنڈیشنڈ کمرے میں بیٹھنا مضر صحت ہے۔

اس ماہ میں لباس عام سوتی کپڑے کا پہنیں تا کہ بدن تک سورج کی شعاعیں پہنچنے میں مناسب رکاوٹ رہے۔ ویسے بھی اس قسم کے لباس میں آ کر جسم ٹھنڈا رہتا ہے۔ بالکل باریک ململ یا وائل کے کپڑے نقصان دہ ہوتے ہیں اور ریشمی کپڑے پہننا تو اپنے جسم پر ظلم کرنا ہے۔

رات کھلی ہوا میں پلنگ پر مچھر دانی لگا کر سوئیں تا کہ مچھروں سے محفوظ رہ سکیں ورنہ ملیریا بخار کا خطرہ ہے۔ جن لوگوں کے پاس مچھر دانی نہ ہو۔ بدن کے کھلے حصوں پر مچھر مار کریم یا سرسوں کے تیل کی مالش کر کے سوئیں۔

بھنڈی: موسم گرما کی ایک پسندیدہ سبزی ہے۔ طب یونانی میں مزاج کے اعتبار سے یہ سرد تر درجہ دوم ہے۔ اس میں حیاتین الف، ب، ج، معدنی نمکیات، چونا، فاسفورس، آئیوڈین اور لوہا موجود ہوتے ہیں۔ گھر کے باغیچوں میں بھنڈی کی کاشت بڑی آسانی سے کی جا سکتی ہے۔ اس کی گھریلو فصل پورے موسم میں آپ کے باورچی خانے کی ضروریات پوری کر سکتی ہے۔ اسے خشک کر کے محفوظ بھی کیا جا سکتا ہے۔ بھنڈی کی کاشت کے لیے گرم مرطوب موسم موزوں ہوتا ہے۔ ۲۵ سے ۳۰ سینٹی گریڈ کی حرارت میں اس کا بیج تیزی سے اگتا اور بڑھتا ہے۔ پنجاب کے میدانی علاقوں میں بھنڈی کی سال میں دو فصلیں کاشت کی جاتی ہیں۔ پہلی فصل فروری سے مارچ کے آخر تک لگائی جاتی ہے۔ یہ فصل مئی جون تک پھل دیتی ہے۔ دوسری فصل کا بیج جون میں بویا جاتا ہے اور اس کا پھل نومبر تک ملتا رہتا ہے۔

بھنڈی کے لیے زمین تیار کرتے وقت گوبر کی کھاد استعمال کی جاتی ہے۔ بیج ڈالتے وقت سپر فاسفیٹ کی ضرورت پڑتی ہے۔ سرد موسم میں بیج ڈالا جاتا ہے۔ موسم گرما ہو تو بیج بھی زیادہ فصل دیتا ہے۔ بیج بونے کے بعد ایک ماہ تک ہر ہفتے ہلکی آبپاشی کی جاتی ہے۔ پودوں کی جڑیں لمبی اور گہری ہو جائیں تو پانی زیادہ دیتے ہیں۔ لیکن وقفہ بڑھا دیا جاتا ہے۔ بھنڈی کا پودا پچاس دن بعد پھل دینے لگتا ہے۔ ہر دوسرے یا تیسرے دن پھل توڑ لینا چاہیے ورنہ وہ سخت ہونے لگتا ہے۔ نائٹروجن اور فاسفورس کی کھاد سے بھنڈی ان لوگوں کے لیے مفید ہے جو گرمی سے پریشان ہو جاتے ہیں اس میں غذائی حرارے کم ہوتے ہیں اس لیے موٹاپا پیدا نہیں کرتی۔ اعصاب کو سکون دیتی ہے۔ یہ دیر ہضم ہے، پیٹ میں ریاح پیدا کرتی ہے کالی مرچوں سے اس کی کچھ اصلاح ہو جاتی ہے۔

بھنڈی کا سالن پکاتے وقت اسے گھی میں تلنا یا زیادہ دیر تک بھوننا نہیں چاہیے۔ آگ پر زیادہ دیر رکھنے سے اس میں شامل وٹامن اور کئی مفید اجزا ضائع ہو جاتے ہیں۔ بھنڈی کو باریک کاٹ کر سلاد میں شامل کر کے کچا بھی کھایا جا سکتا ہے۔

سالن کے علاوہ بھنڈی بطور دوا بھی استعمال کی جاتی ہے۔ مثانے کے ورم، پیشاب کی نالی میں سوزش اور پیشاب میں جلن ہو تو بھنڈی کا جوشاندہ فوری طور پر سکون دیتا ہے۔ ڈیڑھ چھٹانک بھنڈیاں ڈیڑھ چھٹانک پانی میں تین منٹ تک ابال کر جوشاندہ تیار کیا جاتا ہے۔ اسے چھان کر چینی ملا کر مریض کو دیتے ہیں سبز اور نرم بھنڈیوں کو خشک کر کے اس کا سفوف بنا لیا جائے تو ہر موسم میں بطور دوا اس سے فائدہ اٹھایا جا سکتا ہے۔

پھوڑے پھنسیوں کا آزمودہ ٹوٹکہ

چھوٹے بچوں کو گرمیوں میں بہت پھوڑے پھنسیاں نکل آتے ہیں۔ اس کے لیے بکری کی ہڈی کا گودا لیں۔ توا گرم کریں پھر یہ گودا توے پر ڈال دیں تھوڑا گرم ہونے پر اس پر تھوڑا سا سرمہ ڈالیں مکس کر لیں اتار کر ٹھنڈا ہونے پر بچوں کے پھوڑوں اور پھنسیوں پر لگائیں۔ چند دنوں میں ہی نہ صرف پھوڑے ختم بلکہ نشان بھی نہیں رہتے۔ مگر یہ نسخہ روزانہ نیا بنانا ہے۔ یہ ٹوٹکہ بہت سے لوگوں کا آزمودہ ہے۔

(مرسلہ: آصف محمود۔ قلات)

اگر لُو لگ جائے: تو پیاز کا رس نکال کر اسے پی لیجئے۔ چند بار ایسا کرنے سے مکمل افاقہ ہوگا

جدید دور کے قبرستان اور ہماری ذمہ داری

وقت گزرتا گیا اور قبرستان مسلمانوں کے بچوں کے لیے کھیل کا میدان بنتا گیا۔ گلی ڈنڈہ، کرکٹ اور پتنگ بازی قبرستان میں ہونے لگی۔ بچے ہی نہیں بڑے بھی قبروں کو روندنے لگے۔ (تحریر: اختر عباس)

آج عمر کے اس آخری حصے میں آکر اپنے قصبے کا وہ وقت یاد آتا ہے۔ جب ہندو اور سکھ ہمارے ساتھ رہتے تھے۔ جی میں آتی ہے کہ اپنے قصبے کی بہت سی باتیں سناؤں لیکن صرف قبرستان کی بات کروں گا۔ جس کی وجہ غالباً یہ ہے کہ اب قبرستان کی طرف روانگی کا وقت آ گیا ہے۔

میرے قصبے کا قبرستان ہندوؤں اور سکھوں کے محلے کے بالکل ساتھ تھا۔ ان کے لیے قبرستان میں سے گزرنے کا راستہ تھا اور وہ پورے احترام سے قبرستان میں سے گزرا کرتے تھے، پھر بھی بعض جذباتی مسلمان اعتراض کرتے تھے کہ قبرستان میں سے ہندوؤں اور سکھوں کے گزرنے سے قبروں کی بے حرمتی ہوتی ہے۔ اس مسئلے پر ہندو اور سکھوں کے ساتھ چند مرتبہ قصبے کے مسلمانوں کی کشیدگی بھی پیدا ہوگئی تھی ایک بار تو باقاعدہ لڑائی کی صورت پیدا ہوگئی تھی۔ مسلمان لاٹھیاں، کلہاڑیاں اور برچھیاں لے کر نکل آئے اور ادھر ہندو اور سکھ تلواروں اور برچھیوں سے مسلح ہو کر تیار ہو گئے مسلمان اعلان کر رہے تھے کہ کوئی ہندو یا سکھ قبرستان میں قدم رکھے تو اسے قتل کر دو۔ ہندو اور سکھ کہہ رہے تھے کہ ہجوم کی صورت میں قبرستان سے گزریں گے۔

پولیس درمیان میں آگئی۔ راولپنڈی کا انگریز ڈپٹی کمشنر آ گیا اور ایک خونریز فساد ہوتے ہوتے رہ گیا۔ ہندوؤں اور سکھوں کا یہ حق برقرار رہا کہ وہ قبرستان میں سے گزر سکتے ہیں۔

میں اس حقیقت کو نہیں بھول سکتا کہ ہندوؤں اور سکھوں نے قبروں کا ہمیشہ احترام کیا۔ آزادی ملی تو ہندو اور سکھ ہندوستان چلے گئے اور ہندوستان سے مسلمان ہجرت کر کے آگئے جو قبرستان سے ملحق ہندوؤں اور سکھوں کے محلے میں آباد ہو گئے۔

وقت گزرتا گیا اور قبرستان مسلمانوں کے بچوں کے لیے کھیل کا میدان بنتا گیا۔ گلی ڈنڈہ، کرکٹ اور پتنگ بازی قبرستان میں ہونے لگی۔ بچے ہی نہیں بڑے بھی قبروں کو روندنے لگے۔

قبرستان میں مویشی داخل ہونے لگے اور پرانی کچی قبروں کے نشان تک مسلمانوں نے مٹا ڈالے۔ میں لڑکوں کو پکی قبروں پر کھڑے ہو کر پتنگ بازی کرتے دیکھتا ہوں۔ ان لڑکوں کو منع کرو تو بے عزتی کر دیتے ہیں۔

ایک واقعہ اور یاد آ گیا۔ انگریزوں کا دور حکومت تھا۔ راولپنڈی میں ایک سکھ نے سینما ہال کی تعمیر شروع کی۔ اس جگہ سے ذرا ہی دور جامع مسجد تھی۔ مسلمانوں نے ہنگامہ کھڑا کر دیا کہ مسجد کے قریب سینما ہاؤس بن گیا تو نماز میں خلل پیدا ہوگا۔ اس دور میں ہم یہ دیکھتے تھے کہ ہمارے سیاسی اور خصوصاً مذہبی لیڈروں کو اپنی لیڈری جتانے کا کوئی موقع نہیں ملتا تھا تو وہ یہ موقع پیدا کرتے تھے۔ اس سینما ہاؤس کی تعمیر کو بھی راولپنڈی کے لیڈروں نے ایک مسئلہ بنا دیا جس سے یہ نعرے اٹھنے لگے کہ اسلام خطرے میں ہے۔ انہوں نے مسلمانوں کی مسجدوں میں اور جلسوں میں ایسا بھڑکایا کہ راولپنڈی میں باقاعدہ فرقہ وارانہ فساد شروع ہو گیا۔

مسلمانوں کا یہی ایک نعرہ تھا کہ یہاں سینما نہیں بننے دیں گے، اور یہ نعرہ کہ اسلام خطرے میں ہے۔ ادھر ہندو بھی سکھوں کے ساتھ مل گئے اور مقابلے میں آ گئے۔ ایک روز اتنا شدید ہندو مسلم فساد ہوا کہ تین چار آدمی (غالباً زیادہ) دونوں طرف سے مارے گئے اور زخمی بے شمار ہوئے۔ گرفتاریاں ہوئیں اور کچھ لوگوں کو قید کی سزائیں بھی دی گئیں۔ مجھے اچھی طرح یاد نہیں رہا، میرا خیال ہے کہ ایک یا دو آدمیوں کو سزائے موت بھی دی گئی تھی۔ اس خون ریزی کے نتیجے میں اس سکھ نے سینما ہال کی تعمیر روک دی اور اسلام خطرے سے نکل آیا۔

آج دیکھ لیں اذان ہو رہی ہوتی ہے۔ اسکے ساتھ ہی فلمی گانوں کا اس قدر شور شرابہ ہوتا ہے کہ اذان ٹھیک طرح سنائی نہیں دیتی۔ لوگوں نے گھروں میں ڈیک اور ٹیپ ریکارڈر انتہائی بلند آواز پر کیے ہوتے ہیں۔ دوکانوں سے، ہوٹلوں سے، گلی گلی سے ہندوستانی فلموں کی چنگھاڑ ہوتی ہے۔ گھروں کے اندر یہ حالت بن چکی ہے کہ وی سی آر پر فلم لگی ہوئی ہوتی ہے اور گھر کا کوئی فرد نماز پڑھنا چاہے تو وہ کمرے کی کھڑکیاں دروازے بند کر کے نماز پڑھتا ہے۔ گھر والوں سے وہ اتنی سی بات نہیں منوا سکتا کہ ٹی وی کی آواز مدھم کر دو۔ اس طرح ہمارا ہر گھر سینما ہال بن گیا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

مفلسی اور محتاجی سے نجات

ذیل کا عمل بھی نہایت پرتاثیر اور مجرب المجرب ہے اور سب اعمال سے آسان بھی ہے البتہ وقت کی پابندی شرط ہے

تین مہینے تک روزانہ بلا ناغہ اسم مبارک **"اَللّٰہُ الصَّمَد"** تین ہزار مرتبہ اول و آخر درود شریف چند مرتبہ پڑھتے رہنے سے قسمت سدھر جاتی ہے اور تمام مفلسی اور محتاجی رفو چکر ہو جاتی ہے۔ مگر اس عمل کو سوموار کے دن سے بعد نماز فجر شروع کرنا چاہیے اور تین مہینے کے بعد ایسے دن ختم کرنا چاہیے جبکہ اتوار ہو۔ اگر تین مہینے اتوار کو پورے ہو جائیں تو بہت بہتر اور اگر اتوار کے دن کی بجائے تین ماہ کی مدت کسی اور دن پوری ہو۔ مثلاً سوموار یا منگل وغیرہ کو تو اگلی اتوار تک جتنے دن بھی آئیں عمل پڑھتے رہیں اور اتوار کو وظیفہ پڑھنے کے بعد ختم کر دیں۔

ذیل کا عمل بھی نہایت پرتاثیر اور مجرب المجرب ہے اور سب اعمال سے آسان بھی ہے البتہ وقت کی پابندی شرط ہے۔
اس ورد کا وقت جمعہ کے دن جمعہ کی دونوں اذانوں کے درمیان ہے۔ جس وقت مؤذن پہلی اذان دے۔ جمعہ کی پہلی سنتیں پڑھ کر قبلہ رخ دوزانوں بیٹھ کر اول جتنی مرتبہ جی چاہے کوئی درود شریف پڑھیں بعد ازاں ستر مرتبہ نہایت توجہ کے ساتھ ذیل کی دعا پڑھیں اور پھر دعا درود شریف پڑھ کر چپ چاپ دل ہی دل میں ازدیاد رزق (رزق میں اضافہ) کی دعا مانگ کر بیٹھیں رہیں اور جمعہ کی نماز پڑھ کر گھر آ جائیں ہر جمعے کو ایسا کر لیا کریں۔ یعنی ہر جمعہ کے دن وقت مقررہ پر پڑھ لیا کریں۔ اگر کسی دن خدانخواستہ وقت پر مسجد میں نہ پہنچ سکیں اور جانے سے پہلے امام خطبہ شروع کر چکا ہو۔ تو جمعہ کی نماز کے بعد کسی کے ساتھ کلام کرنے سے بیشتر اپنے وظیفے کو قبلہ رو دوزانوں بیٹھ کر پورا کریں۔ دعا مکرم یہ ہے جو بارہا بار کی مجرب المجرب ہے۔

یَا اَللّٰہُ یَا غَنِیُّ یَا کَرِیْمُ یَا صَاحِبَ الْفَضْلِ الْعَظِیْمِ . یَا صَاحِبَ الْعَطَاءِ وَالْکَرَمِ اَغْنِنِیْ بِحَلَالِکَ وَاکْفِنِیْ بِفَضْلِکَ عَمَّنْ سِوَاکَ (ایسے بے مثال باکمال وظائف اور عملیات کے لیے "کالی دنیا، کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات" کتاب پڑھیں)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

الرجی

۲۵ سال کی عمر میں میرے سر کے بال سفید ہونے لگے ہیں۔ ڈاکٹری دواؤں اور بہترین شیمپو استعمال کرنے کے باوجود بالوں کی سفیدی بڑھتی جارہی ہے۔ میری مصیبت یہ ہے کہ میں اپنے بالوں کو رنگ نہیں کرسکتی کیونکہ مجھے الرجی کی شکایت ہے۔ دوسرے، میرے بڑے بھائی نے بھی اسی عمر میں بالوں کو رنگ لیا تھا۔ چند ماہ میں کیمیکل ڈائی سے ان کے سارے بال ہی سفید ہوگئے اب وہ مستقل طور پر بالوں کو ڈائی کرتے ہیں۔ مجھے خوف ہے کہ میں بھی ان کی طرح اپنے سارے بال سفید نہ کر بیٹھوں۔ ابھی میری شادی بھی نہیں ہوئی۔ ہمارے معاشرے میں سفید بالوں والی لڑکی پسند نہیں کی جاتی۔ میرے رشتے آرہے ہیں۔ سر پر دوپٹہ لپیٹ کر ان لوگوں کے سامنے جاتی ہوں۔ پلیز مجھے بتائیں میں کیا کروں۔ بالوں کی سفیدی کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ (ہالہ۔ ساہیوال)

☆ ہالہ بہن! آپ نے معمولی سے مسئلے کو اپنے اوپر حاوی کرلیا ہے۔ بالوں کو سفید ہونا تو اب عام مسئلہ بن چکا ہے۔ متوازن غذا کا نہ ملنا، روزمرہ زندگی کے پریشان کن مسائل، بخار، طویل علالت یا اچانک کسی جذباتی صدمے کے باعث بھی بال سفید ہونے لگتے ہیں۔ لڑکیاں عموماً سفید بال توڑ دیتی ہیں۔ ایک سفید بال توڑنے سے مزید سفید بال نکل آتے ہیں۔ چند بال سفید ہیں تو آپ ان کو توڑنے کے بجائے جڑ کے نزدیک سے کاٹ دیں۔

کیمیکل ڈائی یا بازار میں کالی مہندی کے نام سے جو سفوف ملتا ہے، اس سے بھی الرجی ہوجاتی ہے۔ آپ نباتاتی رنگ (وجیٹیبل ڈائی) بنا کر استعمال کیجئے۔ خالص مہندی سے بالوں کا رنگ سرخ ہوجاتا ہے، اس لیے آپ کی عمر کی لڑکیاں مہندی سے گھبراتی ہیں۔ کالے چنوں کا شوربا ہفتے میں دوبار کھانے میں شامل کریں۔ ابلے کالے چنوں کی سلاد بھی بنا سکتی ہیں۔ ہڑڑ کا مربہ بازار سے خرید لیں۔ رات سوتے وقت دو عدد ہڑڑ کھالیا کریں۔ نباتاتی رنگ میں مہندی کے ساتھ، آملے، ریٹھے، سیکاکائی، اخروٹ کی چھال، نیل کے درخت کی چھال، دنداسہ، کافی، چائے کی پتی اور انڈا شامل کیے جاتے ہیں۔ ان کے بنانے کے مختلف طریقے ہیں۔

۲۰۰ گرام مہندی لیں۔ (مہندی میں بھی کیمیکل ملاتے ہیں۔) آپ کسی دکان سے دیکھ بھال کر خالص مہندی خریدیں۔ مٹھی بھر خشک آملے کوٹ لیں اور ایک چمچ چائے کی پتی ان میں ملا دیں۔ اب انہیں لوہے کی کڑاہی میں ڈال کر تھوڑا سا دنداسہ اور ایک لیموں چھلکے سمیت کاٹ کر ملائیں۔ اندازے سے پانی اتنا ڈالیں کہ اس میں آملے بھیگ سکیں۔ کڑاہی کو چولہے پر رکھیں۔ تین چار جوش آجائیں تو اتار کر رکھ دیں۔ صبح چھلنی یا کپڑے میں چھان لیں۔ اب اس پانی میں مہندی بھگوئیں۔ سرسوں کا تیل دو چمچے ڈال دیں۔ یہ مہندی آپ سر پر لگائیں تین گھنٹے بعد سر دھولیں۔ کچھ خواتین سرسوں کے تیل کے بجائے ایک انڈا اچھینٹ کر ملا لیتی ہیں۔

گرمی آرہی ہے۔ آپ سر دھونے کے لیے آملے استعمال کریں۔ مٹھی بھر آملے اور دو چار پھلیاں سیکاکائی کی کوٹ کر رات کو لوہے کے برتن میں بھگودیں۔ صبح اس پانی سے سر دھولیں۔ ہاتھوں پر دستانے چڑھا لیا کریں کیونکہ سیاہی سے ناخن خراب ہونے لگتے ہیں۔ ہفتے میں دو بار آملوں سے سر دھوئیں۔ تین ہفتے بعد مہندی لگائیں۔ اخروٹ کے درخت کی چھال بھی مہندی میں ملا سکتے ہیں۔ اس طرح مہندی کی سرخی کم ہوجاتی ہے۔ کافی آدھا چمچ ملانے سے بال براؤن ہوتے ہیں۔ چقندر کا تیل اور چقندر کا رس بھی بالوں کے لیے مفید ہے۔ ایک چقندر کاٹ کر پتوں سمیت پانی میں جوش دیں۔ اس پانی سے سر دھولیا کریں۔ اسی پانی میں آپ آملے بھی بھگوسکتی ہیں۔ نیل کے درخت کے پتے بھی سکھا کر مہندی میں شامل کیے جاسکتے ہیں۔ یہ بال رنگنے کے آسان گھریلو نسخے ہیں جن سے الرجی نہیں ہوتی۔

معذور لوگوں سے دلچسپی

میرا مسئلہ بڑا عجیب ہے۔ بچپن سے مجھے معذور لوگوں سے دلچسپی ہے۔ ہمارے محلے میں ایک بزرگ اندھے تھے۔ میں ان کو کھانا پکا کر خود دے کر آتی تھی۔ ایک لنگڑی عورت تھی وہ کپڑے خود دھوتی تھی، مگر میں ان کو سوکھنے کے لیے چھت پر جا کر پھیلاتی تھی۔ ان سب کی دعائیں لیکر میرے دل میں شروع سے یہ جذبہ جاگا ہے کہ میں کسی کا سہارا بنوں گی۔ اپنے گھر میں بہن بھائیوں میں خوبصورت ہوں۔ بی اے کر لیا ہے۔ میرے رشتے آرہے ہیں، مگر میری ضد ہے کہ میں کسی ایسے انسان سے شادی کروں جو معذور ہو۔ میری امی سمجھاتی ہیں۔ بچپن میں تو یہی ایک بات میرے ذہن میں بیٹھ گئی تھی کہ شادی کروں گی تو کسی معذور سے ورنہ نہیں۔ میرے والد غصے کے بہت تیز ہیں۔ ابھی تک انہوں نے مجھ سے اس سلسلے میں بات نہیں کی۔ آپ بتایئے میں کیا کروں۔ میری ایک ہی خواہش ہے وہ بھی پوری نہیں ہوگی تو میں زندگی کیسے گزاروں گی۔ (مہ رخ۔ لیہ)

☆ آپ کا خط پڑھ کر مجھے کئی برس پہلے کی بات یاد آگئی ہے۔ ایک زمانے میں اخبار اور رسائل کے لیے میں معذور لوگوں کے فیچر لکھا کرتی تھی جو حقیقت پر مبنی ہوتے تھے۔ مجھے معذور لوگوں کے پتے اور نام بھی معذور لوگوں ہی سے معلوم ہوجاتے۔ انہی دنوں ایک نابینا لڑکے سے بی اے لڑکی نے جو بہت خوبصورت تھی، شادی کی۔ شادی کے چار روز بعد میں اس لڑکی کے گھر گئی۔ لڑکا اپنی ماں بہنوں میں گھرا بیٹھا تھا اور ایک کونے میں سہمی، سکڑی سکڑائی دلہن بیٹھی تھی۔ بال پریشان، رنگ اُڑا ہوا، رات کے میلے کپڑے اور ہاتھوں پر مہندی کے ساتھ برتنوں کی سیاہی لگی ہوئی تھی۔

لڑکے کو پتہ تھا کہ مجھے آنا ہے۔ اس نے سوٹ پہنا ہوا تھا۔ چشمہ لگائے بیٹھا تھا۔ چھوٹتے ہی کہنے لگا چلیں جی تصویر اتاریں۔ ایک تصویر میری ماں بہن کی بھی لگانا۔ میں نے لڑکی سے کہا آپ بھی تیار ہوجائیں۔ آپ دونوں کی تصویر بنانی ہے۔ (تصویر کی شرعی حیثیت معلوم کرلیں۔ ایڈیٹر) لڑکی اٹھی۔ اس کا کمرہ اوپر تھا۔ میں بھی اس کے ساتھ چلی گئی کمرہ سازوسامان سے بھرا تھا۔ جہیز کی تمام چیزیں اوپر تلے رکھی تھیں۔ میں نے لڑکی سے پوچھا: ''کیا بات ہے؟ کیا یہ لوگ خوش نہیں؟'' وہ رو پڑی میں نے اسے اعتماد میں لے کر بات کی تو پتہ چلا اس نے ضد میں آکر سہارا بننے کے لیے شادی کی ہے۔ آتے ہی ساس، نندوں نے اسے روایتی طریقوں سے نوازنا شروع کردیا۔ اسے منہ تک دھونے نہیں دیا کہ تیرا شوہر تو اندھا ہے تو یہ روپ کس کو دکھائے گی۔ تکرار، گالم گلوچ اس نے کبھی نہ سنی تھی۔ شوہر نے پہلی بات اس سے یہی کی۔ پڑھی لکھی لڑکی ہو تم نے مجھ سے شادی کیوں کی ہے۔ ضرور کوئی گڑبڑ ہے۔ تم قرآن اٹھاؤ کہ تم نے مجھ سے پہلے کسی اور سے تو شادی کا وعدہ نہیں کیا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

عبداللہ بن مبارکؒ کا خواب اور موچی کا حج

فرشتے نے کہا ''دمشق میں ایک موچی رہتا ہے اس کا نام علی ہے اور وہ موفق کا بیٹا ہے وہ حج کرنے نہیں آیا لیکن اس کا حج قبول ہوا ہے اور اس کی وجہ سے اللہ نے ان سب لوگوں کو بخش دیا ہے جو یہاں حج کرنے آئے تھے''

(تحریر: زوبیہ بشیر)

عبداللہ بن مبارکؒ ایک مشہور بزرگ ہیں۔ ان کی عادت تھی کہ ایک سال حج کرتے دوسرے سال خدا کی راہ میں کافروں سے جہاد کرتے اور تیسرے سال تجارت کرتے۔ اس تجارت سے ہونے والے نفع کو اپنے شاگردوں اور دوسرے ضرورتمند لوگوں میں تقسیم کر دیتے تھے۔ ایک دفعہ وہ حج کے لیے گئے۔ حج سے فارغ ہو کر تھوڑی دیر کے لیے کعبہ شریف کے نزدیک لیٹ گئے اور ان کی آنکھ لگ گئی۔ انہوں نے خواب میں دیکھا کہ دو فرشتے آسمان سے اترے ہیں۔ ایک فرشتے نے دوسرے سے پوچھا: اس سال کتنے لوگ حج کے لیے آئے ہیں؟ دوسرے نے جواب دیا ''چھ لاکھ'' پہلے فرشتے نے پھر پوچھا: ان میں سے کتنے لوگوں کا حج قبول ہوا ہے؟ دوسرے نے جواب دیا ''کسی کا بھی نہیں'' فرشتے کی یہ بات سن کر حضرت عبداللہؒ کو بہت رنج ہوا۔ انہوں نے سوچا کہ اتنے لوگ جو دور دور سے آئے ہیں اور سفر کی ہزار تکلیفیں اٹھا کر یہاں پہنچے ہیں ان کی تکلیف اور محنت بے کار گئی۔ اتنے میں اس فرشتے نے پھر کہا ''دمشق میں ایک موچی رہتا ہے اس کا نام علی ہے اور وہ موفق کا بیٹا ہے وہ حج کرنے نہیں آیا لیکن اس کا حج قبول ہوا ہے اور اس کی وجہ سے اللہ نے ان سب لوگوں کو بخش دیا ہے جو یہاں حج کرنے آئے تھے'' اسکے بعد حضرت عبداللہؒ کی آنکھ کھل گئی اپنے خواب کے متعلق سوچا تو فوراً جی میں آیا کہ مجھے دمشق جانا چاہیے اور اس شخص کی زیارت کرنی چاہیے جس کا نام فرشتے نے علی بن موفق بتایا ہے۔ یہ سوچ کر وہ دمشق کی طرف روانہ ہو گئے۔ دمشق پہنچ کر انہوں نے اس شخص کا گھر تلاش کیا اور دروازے پر دستک دی۔ اندر سے ایک شخص نکلا انہوں نے اس سے پوچھا: ''بھائی آپ کا نام کیا ہے۔ اس شخص نے جواب دیا کہ ''علی بن موفق'' عبداللہ بن مبارکؒ نے کہا کہ مجھے آپ سے کچھ باتیں کرنی ہیں۔ اس نے کہا ''فرمایئے'' عبداللہ بن مبارکؒ بولے آپ کیا کام کرتے ہیں؟ اس نے کہا کہ میں موچی ہوں اور جوتیاں گانٹھتا ہوں۔ اس پر عبداللہ بن مبارکؒ نے اپنا خواب بیان کیا۔ اس شخص نے کہا: آپ کون ہیں؟ عبداللہ بن مبارکؒ نے اپنا نام بتایا تو اس نے ایک آہ کھینچی۔ عبداللہ بن مبارکؒ نے کہا ''کیا آپ مجھے اپنے حالات بتائیں گے؟'' اس شخص نے کہا اے عبداللہؒ مجھے تیس سال سے حج کی خواہش تھی میں جوتیاں سی سی کر رقم جمع کرتا رہا اس طرح میرے پاس 3 ہزار درہم جمع ہو گئے۔ اس سال میں نے حج کا ارادہ کیا۔ میری بیوی کے ہاں بچہ ہونے والا تھا ایک دن اس نے مجھ سے کہا: ''آج پڑوسی کے گھر سے گوشت کی خوشبو آ رہی ہے۔ اس کے گھر سے میرے لیے گوشت مانگ لاؤ'' میں پڑوسی کے ہاں گیا اور اس سے سالن مانگا تو وہ کہنے لگا ''سات دن سے میرے بچوں نے کچھ نہیں کھایا ہے، فاقے سے ان کی جان نکلی جا رہی تھی۔ اتفاق سے میں نے ایک جگہ گدھا مرا ہوا دیکھا تو اس کا تھوڑا سا گوشت کاٹ لایا ہوں اور اس سے سالن بنایا ہے۔ یہ سالن تمہارے لیے حلال نہیں ہے'' پڑوسی کی بات سن کر میں نے اپنے آپ سے کہا ''بد بخت تیرے پاس 3 ہزار درہم ہیں اور تجھے پتہ نہیں کہ تیرے پڑوسی کے بچے سات دن سے بھوکے ہیں'' میں اسی وقت گھر سے وہ تین ہزار درہم اٹھا لایا اور اپنے پڑوسی کو دیتے ہوئے کہا کہ ''یہ لو اور اس سے اپنے بچوں کا خرچ چلاؤ، میرا حج یہی ہے'' عبداللہ بن مبارکؒ نے جب موچی کی داستان سنی تو کہنے لگے میرا خواب سچا تھا وہ فرشتے سچ کہتے تھے۔

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لیںگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ماہ اپریل 2008 کے جوابات

☆ **دانتوں کے مسائل کے لیے:** دانتوں سے خون آنا دراصل معدے کا مسئلہ ہے۔ اس کے لیے جوارش کمونی چند ہفتے استعمال کریں نفع ہوگا۔ (حکیم احسان الحق، راولپنڈی)

میرے تجربے کے مطابق آپ کھانے کا سفید نمک بالکل پاؤڈر کر لیں ہتھیلی پر سرسوں کا تیل ڈال کر اس پر نمک ڈال کر حل کر کے دانتوں، مسوڑھوں پر لگائیں صبح و شام ایسا کریں چند ہفتے میں سو فی صد فائدہ ہوگا۔ (عرفان الحق پراچہ۔ کوئٹہ)

☆ **آنکھوں کی تکلیف کے لیے:** آنکھوں کی سرخی کے لیے صرف آنکھوں میں عرق گلاب ڈراپر میں ڈال کر دن میں 3-4 بار ڈالیں کچھ دنوں میں واقعی فائدہ ہو جائے گا (عبدالقیوم۔ سعودی عرب جدہ) مجھے یہ تکلیف ہوئی پھر میرے گھر والوں کو ہوئی میں خود اور گھر والوں نے بہت ڈراپر ڈالے لیکن فائدہ نہ ہوا۔ آخر کار اطریفل کشنیز کسی نے بتائی ایک چمچ دن میں 3 بار ایک ماہ کی گرم چیزوں سے پرہیز کیا۔ سب تندرست ہو گئے۔ (عاصمہ چوہدری۔ دوبئی)

☆ آنکھوں کا علاج چائے کی پتی سے ماہنامہ عبقری میں ایک مضمون شائع ہوا بے شمار لوگوں کو فائدہ ہوا۔ آپ بھی آزمائیں (چوہدری نذیر محمد پرنسپل۔ اسلام آباد)

☆ **یاداشت کے لیے:** نشہ آور دوائی سے یاداشت کا علاج آپ مغز پنبہ دانہ یعنی بنولے کے مغز 10 گرام گرم دودھ سے پھانک لیں میں نے صبح و شام استعمال کرایا میرے کئی مریض تندرست ہو گئے لیکن کئی ماہ ضرور استعمال کریں (ڈاکٹر اکرام خان۔ کراچی) ایک مریض کا تجربہ ہوا کہ اسے بادام روغن پلایا بھی اور سر میں لگایا بھی یعنی 2 چمچ بڑے گرم دودھ میں سوتے وقت پلائیں اور سر ہاتھ کی ہتھیلی پر لگائیں۔ 40 دن ایسا کریں۔ (بیگم بسم اللہ۔ مظفر گڑھ)

☆ **ایڑھیوں کی تکلیف سے نجات:** ایڑھیوں کے پھٹنے کے لیے ایک مرہم گھر میں بناتی ہوں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ورزش۔ ہر عمر میں ضروری

چار دیواری سے باہر ورزشیں اور چہل قدمی نہ صرف یہ کہ بزرگوں کے لیے نئے دوست بنانے کے مواقع فراہم کرتی ہیں بلکہ معاشرتی عمل میں ان کے دوبارہ اثر ونفوذ کا ذریعہ بھی بن سکتی ہیں۔ (تحریر: حکیم محمد عثمان)

عالمی ادارہ صحت (WHO) نے پوری دنیا میں عالمی یوم صحت (۷ اپریل ۲۰۰۲ء) کو عمومی صحت کے لیے جسمانی ورزش کی اہمیت وافادیت کے حوالے سے منانے کا فیصلہ کیا ہے۔ ایک تحقیقی رپورٹ کے مطابق دنیا میں ہر سال بیس لاکھ سے زائد اموات کو اس بات سے منسوب کیا گیا ہے کہ عام لوگوں کی بڑی اکثریت ورزش کو اہمیت نہیں دیتی ہے۔ مذکورہ رپورٹ میں یہ بھی بتایا گیا ہے کہ اگر ہم جسمانی ورزش کو اپنے روزمرہ معمولات کا حصہ بنالیں تو بے شمار مہلک اور تکلیف دہ امراض سے بچا جا سکتا ہے۔ جوانی اور صحت کی موجودگی، حد سے زیادہ مصروفیت، وقت کی کمی اور دیگر معاشرتی مسائل کا عذر کر کے لوگوں کی اکثریت ورزش کو نظر انداز کردیتی ہے اور یہ کوئی اچھی بات نہیں ہے۔ سہل پسند طرز زندگی دنیا بھر میں صحت عامہ کے لیے ایک بڑا مسئلہ بن کر سامنے آیا ہے۔ ورزش عمر کے ہر حصے میں اور ہر ایک کے لیے انتہائی مفید ہے۔

بچے اور نوجوان: عام طور پر یہ تصور کیا جاتا ہے کہ بچے اور نوجوان چونکہ فطری طور پر بے حد متحرک ہوتے ہیں اور کبھی نچلے نہیں بیٹھتے، اس لیے انہیں کسی منظم ورزش کی ضرورت نہیں ہوتی۔ یہ خیال درست نہیں ہے۔ بچوں اور نوجوانوں میں باقاعدہ ورزش اور خاص طور پر کھیلوں میں حصہ لینے کے بے شمار فوائد ہیں۔ اس سے ان میں صحت مند مقابلے کا رجحان فروغ پاتا ہے۔ ان کی ذہنی استعداد اور خوداعتمادی میں اضافہ ہوتا ہے۔ سمجھدار لوگ اپنے آپ کو جسمانی طور پر چاق و چوبند رکھنے کے لیے نشہ آور چیزوں کے استعمال، غیر محفوظ جنسی عمل اور اسی طرح کی دیگر آلائشوں سے پرہیز کرتے ہیں۔ اس ضمن میں تعلیمی اداروں اور شہری حکومتوں کی بھی یہ ذمہ داری ہے کہ وہ بچوں اور نوجوانوں میں کھیلوں کے فروغ اور صحت مند سرگرمیوں کے مواقع فراہم کرنے میں اپنا بھرپور کردار ادا کریں اور ان کے لیے ہر علاقے میں کھیلوں کے میدان اور پارکوں کے قیام کو اپنی ترجیحات میں اولیت دیں۔

خواتین: چونکہ خواتین اپنی فطری جسمانی ساخت اور زچگی کے عمل سے گزرنے کے باعث کمزور ہوتی ہیں، چنانچہ باقاعدہ اور مستقل جسمانی ورزش کی عادت اور متوازن غذا کا معمول خواتین کے لیے نہایت ضروری ہے۔ اس طرح ان کو بہت سے امراض سے تحفظ کی ضمانت مل سکتی ہے۔ بعض امراض خواتین میں مردوں کے مقابلے میں دگنے ہوتے ہیں۔ مثلاً موٹاپا، کمر اور جوڑوں کا درد، ہڈیوں کی کمزوری، بے چینی اور ذہنی دباؤ، ہائی بلڈ پریشر اور ذیابیطس وغیرہ۔ ایک سروے کے مطابق دنیا بھر میں سترملین خواتین ذیابیطس جیسے موذی مرض کا شکار ہیں اور اگر اس کا بروقت تدارک نہیں کیا گیا تو اندازہ ہے کہ ۲۰۲۵ء تک یہ تعداد دگنی ہوجائے گی۔ ماہرین کی یہ پختہ رائے ہے کہ اگر خواتین باقاعدہ جسمانی ورزش کو مستقل اپنالیں تو وہ اپنی صحت سے متعلق بے شمار مسائل سے نجات پاسکتی ہیں۔ کھیلوں میں حصہ لینا، سائیکل چلانا، جاگنگ، تیراکی اور گھڑسواری بہترین ورزشیں ہیں، لیکن گھر کے اندر چار دیواری میں مخصوص ترتیب اور طریقے سے کی گئیں باقاعدہ ورزشیں بھی مثبت نتائج مرتب کرتی ہیں۔ ہمارے معاشرے میں ایسی خواتین کی تعداد بہت زیادہ ہے جن کا تعلق صرف امور خانہ داری سے ہے۔ ایسی گھریلو خواتین کو اپنے گھر ہی میں جسمانی ورزش کا باقاعدہ اہتمام ضرور کرنا چاہیے۔

بوڑھے اور بزرگ افراد: ویسے تو جسمانی ورزش عمر کے ہر حصے میں ضروری ہے، لیکن اس کی افادیت اور اہمیت بڑھاپے میں اور زیادہ ہے۔ عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ ریٹائرمنٹ کے بعد بزرگوں کی ایک بڑی تعداد احساس تنہائی، کاہلی، اضطراب، نفسیاتی مسائل اور اس کے نتیجے میں ذہنی و قلبی امراض کا شکار ہوجاتی ہے۔ ایسے میں جاگنگ، سائیکل سواری، تیراکی اور اس قسم کی دیگر ورزشیں ان کے لیے نہ صرف درج بالا مختلف امراض اور عوارض سے نجات کا سبب بنتی ہیں بلکہ ان کی صحت مند عمر میں اضافے کا باعث بھی ہو سکتی ہیں۔ چار دیواری سے باہر ورزشیں اور چہل قدمی نہ صرف یہ کہ ان کے لیے نئے نئے دوست بنانے کے مواقع فراہم کرتی ہیں بلکہ معاشرتی عمل میں ان کے دوبارہ اثر ونفوذ کا ذریعہ بھی بن سکتی ہیں۔ بہرحال عمر کے ہر حصے میں اور ہر ایک کے لیے جسمانی ورزش انتہائی ضروری ہے۔ چنانچہ ہم میں سے ہر فرد کے لیے لازمی ہے کہ وہ بے شمار جسمانی فوائد کے حصول کے لیے نہ صرف یہ کہ خود کو جسمانی ورزش کا عادی بنائے بلکہ اپنے اطراف اور اپنے حلقہ اثر میں رہنے والے دیگر افراد کو بھی اس کی اہمیت اور افادیت سے آگاہ کرے اور انہیں ورزش کے لیے آمادہ کرے۔ یہ بہت بڑی خدمت ہو گی جو ہم کچھ خرچ کیے بغیر اپنے معاشرے کو صحت مند معاشرہ بنانے کے لیے کر سکتے ہیں۔ جسمانی ورزش کی اہمیت کو عوام پر واضح کرنے کے لیے انفرادی، حکومتی اور عالمی سطح پر ایک منظم اور مسلسل تحریک کی ضرورت ہے تاکہ دنیا کا ہر فرد جسمانی ورزش کی افادیت کو محسوس کرتے ہوئے اس کی طرف راغب ہوسکے۔ اس طرح لوگوں کی اکثریت بے شمار ایسے امراض سے محفوظ رہ سکے گی جو ہمارے اپنے پیدا کردہ ہیں۔ اس کا ایک فائدہ یہ بھی ہوگا کہ ہم علاج معالجے پر اٹھنے والے غیر ضروری اخراجات سے بچ جائیں گے۔

میری زندگی کے تجربات عبقری کے قارئین کے لیے

”دردشقیقہ“

مولانا سید حسین احمد مدنیؒ کہیں جارہے تھے۔ حضرت کے ایک معتقد بھی ساتھ تھے ان صاحب کو دردشقیقہ تھا انہوں نے حضرت سے عرض کیا۔ خربوزوں کا موسم تھا چنانچہ راستہ بھر حضرت نے خوب خربوزے کھلائے۔ اپنی منزل تک پہنچے تو میزبان صاحب نے میٹھا پانی گڑ والا پیش کیا تو حضرت نے ان صاحب کو خوب میٹھا پانی بھی پلا دیا کہتے ہیں پھر کبھی دردشقیقہ نہیں ہوئی۔

کیلشیم کی کمی دور کرنے کا آسان نسخہ

پودینہ پانی میں ابال کر شربت بنا کر پینے سے کیلشیم کی کمی دور ہوجاتی ہے

آنکھوں کی بیماریوں کا علاج

ایک دوست نے بتایا کہ بالکل سفید پیاز کا پانی ہم وزن شہد میں ملا کر دو سلائی آنکھوں میں لگائیں ہر بیماری کا علاج ہے۔ سوزش ہوگی گھبرانا نہیں آزمایا ہوا ہے

بالوں کو دیر تک سرخ اور سیاہ رکھنے کا آسان نسخہ

دھماسہ بوٹی کو پانی میں ابال کر پانی سے علیحدہ کردیں جب پانی ٹھنڈا ہوجائے تو مہندی میں ملا کر سفید بالوں کو لگائیں۔ بال دیر تک رنگین رہیں گے ☆ بیری کے پتے پانی میں ابال لیں جب ٹھنڈا ہوجائے تو اس پانی میں کالی مہندی ڈال دیں۔ سفید بالوں پر لگانے سے دیر تک بال سیاہ رہتے ہیں۔

(مرسلہ: غلام مصطفیٰ۔ محلہ پیپل والا بابا کشمیری روڈ مظفرگڑھ)

زبانی صدقہ کی اہمیت: کوئی صدقہ زبانی صدقہ سے بہتر نہیں زبانی صدقہ یہ ہے کہ کسی کی سفارش کردے یا اذیت ہٹادے یا جان بچائے

خدا کی لاٹھی بے آواز ہوتی ہے

ٹرک کے اوپر بیٹھا ہوا شخص حیران تھا کہ گھنٹہ بھر سے وہ سانپ ''پرالی'' میں سے سر نکال کر دیکھتا اور پھر غائب ہو جاتا تھا۔ اب وہ سمجھا وہ تو دراصل موت کا فرشتہ تھا جو کہ اپنے شکار کی تلاش میں تھا

(تحریر: بنت سید محمد یوسف مرحوم)

جگہ جی لگانے کی دنیا نہیں ہے

یہ عبرت کی جا ہے تماشا نہیں ہے

یہ واقعہ جو میں ابھی بیان کرنے جا رہی ہوں مبنی بر حقیقت اور انتہائی عبرت انگیز ہے۔ ابھی قریباً پچیس روز قبل ہمارے گھر ایک ملنے والی خاتون آئیں اور انہوں نے یہ واقعہ سنایا کیونکہ اس واقع کا تعلق ماڑی چیارا سے ہے جہاں میری ایک پھوپھی رہائش پذیر ہیں۔ واقعہ کچھ یوں تھا کہ ایک ٹرک جو کہ ''ماڑی چیارا'' کی طرف رواں دواں تھا اس میں بہت زیادہ فروٹ کی پیٹیوں میں رکھنے والی ''پرالی'' لدی ہوئی تھی اور اس کے اوپر ایک شخص بیٹھا ہوا تھا جو کہ مسلسل چیخ چیخ کر ٹرک ڈرائیور کو ٹرک روکنے کو کہہ رہا تھا مگر ٹریفک کے ہجوم میں اور شور کے باعث ٹرک ڈرائیور اس کی آواز سن نہیں پا رہا تھا۔ ایسے میں ایک کار والے شخص کی نظر اس پر پڑی تو اس نے آگے بڑھ کر ٹرک رکوایا اور صورتحال کا جائزہ لینے کے لیے اپنی کار سے باہر نکل کر کھڑا ہو گیا۔ اتنے میں اس آدمی نے بھی فوراً نیچے چھلانگ لگائی وہ انتہائی خوفزدہ تھا اس نے بتایا کہ ہر تھوڑی دیر کے بعد ''پرالی'' کے نیچے سے ایک بہت بڑا سانپ جو میں نے زندگی میں کبھی نہیں دیکھا سر اٹھا کر دیکھتا ہے ابھی یہ الفاظ ادا ہی ہوئے تھے کہ وہ سانپ اڑتا ہوا کار والے پر گرا اور اسے ڈس کر نجانے کہاں غائب ہو گیا۔ سب بہت حیران تھے۔ کار والے کی شناخت وغیرہ ڈھونڈنے کے لیے جیسے ہی لوگوں نے ڈگی کھولی تو اس میں ایک سر بریدہ لاش تھی جسے غالباً وہ شخص ٹھکانے لگانے جا رہا تھا۔ لوگوں نے کار والے کی لاش کو اشتعال میں آ کر اٹھایا اور دریا برد کر دیا جبکہ سر بریدہ لاش کی نماز جنازہ ادا کی۔

ٹرک کے اوپر بیٹھا ہوا شخص حیران تھا کہ گھنٹہ بھر سے وہ سانپ ''پرالی'' میں سے سر نکال کر دیکھتا اور پھر غائب ہو جاتا تھا۔ اب وہ سمجھا وہ تو دراصل موت کا فرشتہ تھا کہ جو اپنے شکار کی تلاش میں تھا۔

(مرسلہ: محمد منیر قریشی۔ اعوان ٹاؤن لاہور)

حضرت زید بن عبدالواحد بصریؒ فرماتے ہیں بصرہ میں ایک شخص رہتا تھا۔ جو خچر لوگوں کو کرایہ پر دیتا تھا۔ وہ خاصا اعتباری اور امانت دار آدمی تھا۔ اس کو دوسرے لوگ مال واسباب دے کر دوسرے علاقوں میں بھیجتے تھے اور تسلی کے ساتھ معاملات چلاتے تھے۔ وہ شخص ایک دن بصرہ سے کوفہ کو روانہ ہوا۔ اس کو راستہ میں ایک شخص ملا۔ اس نے پوچھا کہاں کا ارادہ ہے؟ قلی نے بتایا کہ کوفہ جا رہا ہوں۔ اس آدمی نے کہا مجھے ادھر ہی جانا ہے۔ کیا تم مجھے ایک دینار کے عوض ''خچر'' پر سوار کر کے مجھے لے جا سکتے ہو؟ اس نے معاملہ کر کے قلی کے ساتھ سواری پر جگہ لے لی اور دونوں روانہ ہو گئے۔ آگے چل کر ایک دوراہا آتا تھا۔ جس راستہ پر قلی نے خچر کوڈالا سوار نے اس کی مخالفت کی اور کہا دوسرا راستہ اچھا ہے اور جلدی پہنچانے والا ہے۔ قلی نے سوار کے کہنے پر راستہ بدل دیا۔ اس راستہ پر تھوڑی دیر چلنے کے بعد آگے ایک خوفناک جنگل آ گیا اور راستہ بند ہو گیا۔ اس زمین پر مردہ جسم پڑے ہوئے تھے اور ہڈیاں پھیلی ہوئی تھیں۔ وہ شخص سواری سے اترا اور کمر سے خنجر نکال کر قلی پر حملہ آور ہونے لگا۔ قلی نے خوف کی حالت میں اس کی منتیں کیں کہ میرا سارا سامان لے لو اور میری جان بخش دو۔ پر وہ ظالم نہ مانا۔ قلی نے کہا اچھا مجھے دو رکعت نماز پڑھنے دو۔ وہ مان گیا اور ہنس کر کہا تجھ سے پہلے بھی لوگوں نے یہی درخواست کی تھی لیکن نماز نے ان کی کوئی مدد نہیں کی۔ بیچارے قلی کو جلدی نماز پڑھنے کا کہا اور قلی کو جلدی میں کوئی سورہ یاد نہ آ رہی تھی۔ بے اختیار اس کی زبان پر یہ آیت جاری ہو گئی۔ **''اَمَّنْ یُّجِیْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَیَکْشِفُ السُّوْٓءَ''** (سورۃ نمل آیت نمبر 62) ساتھ رو رو کر آہ و زاری کر رہا تھا کہ اچانک ایک سوار چمکتے ہوئے تیز دھارے نیزے کے ساتھ آ گیا۔ آتے ہی اس نے اس ظالم کو نیزہ مار کر ہلاک کر دیا اس کے گرنے سے زمین میں آگ کے شعلوں نے اسے بھسم کر دیا۔ قلی نے سجدہ شکر ادا کیا اور آنے والے سوار سے خدا کا واسطہ دے کر پوچھا کہ تم کون ہو؟ بولا میں اس آیت کا غلام ہوں جو تم نے پڑھی ہے پھر وہ چلا گیا اور قلی امن کے ساتھ اپنی منزل کی طرف روانہ ہو گیا۔ تفسیر سورۃ نمل میں آیا ہے کہ بے قرار شخص کی دعا اللہ تعالیٰ نے قبول کرنے کا وعدہ کیا ہے۔ کہ وہ سب سے کٹ کر صرف اللہ تعالیٰ کی طرف رجوع اور آہ و زاری کرتا ہے چاہے وہ مسلم ہو یا کافر۔ اصل چیز بیقراری ہے جو اللہ کو بہت پسند ہے۔

حالت بیداری میں زیارت رسول ﷺ ممکن ہے

''مقابیس مجالس'' میں مولانا رکن الدینؒ نے زیارت رسول کے لئے درود خضری بہت مجرب بیان فرمایا ہے۔

کہا جاتا ہے کہ حضرت اویس قرنیؓ کا معمول یہی درود پاک تھا (تحریر: ع م چوہدری۔ مسافر خانہ، بہاولپور)

☆ ''زیارت نبی ﷺ بحالت بیداری'' میں محمد عبدالمجید صدیقی لکھتے ہیں کہ حاجی ڈاکٹر نواب الدینؒ ضلع امرتسر کے ایک چھوٹے سے گاؤں میں پیدا ہوئے اور تقریباً ۸۵ برس کی عمر پا کر ۲ دسمبر ۱۹۷۲ء کو لاہور میں وصال فرمایا۔ آپ ڈینٹری سرجن تھے۔ طالب علمی کے دوران ہی حضرت میاں شیر محمد شرقپوری قدس سرہ کے بیعت ہو گئے تھے۔ میاں صاحب نے آپ کو ایک وظیفہ اور درود شریف پڑھنے کی اجازت مرحمت فرمائی تھی جس کی وجہ سے آپ پر اس وقت یعنی اس زمانہ میں جذب کی سی کیفیت طاری رہتی تھی۔ ایک رات باغبان پورہ لاہور کی ایک مسجد میں بعد از نماز عشاء چاندنی رات میں نہایت ذوق شوق اور انہماک سے درود شریف پڑھنے میں مشغول تھے کہ دیکھتے کیا ہیں کہ حضرت محمد ﷺ معہ چاروں خلفائے راشدینؓ تشریف لائے ہیں۔ بحالت بیداری میں انہوں نے اپنی مبارک آنکھوں سے ان بزرگوں کی زیارت کی۔ محمد عبدالمجید صدیقی صاحب نے اس واقعہ کی تفصیلات معلوم کرنے کے لئے آپ کے سب سے بڑے صاحبزادے جناب چوہدری مظفر حسین (ایم اے) سے رجوع کیا تو وہ اس سے زیادہ نہ بتا سکے کہ والد ماجد فرمایا کرتے تھے کہ حضرت عثمانؓ نہایت خوبصورت تھے لیکن چہرہ پر ہلکے چیچک کے سے داغ تھے اور حضرت علی کرم اللہ وجہہ کے ہاتھوں کی انگلیاں نیچے سے موٹی اور آگے سے پتلی (گاؤدم۔ مخروطی) تھیں۔

ماہنامہ ''سلسبیل، لاہور کے سیرت مصطفےٰ نمبر'' اکتوبر ۱۹۸۱ء میں ڈاکٹر صاحبؒ کے بارے میں تحریر ہے کہ آپ کا روزانہ تین ہزار بار درود شریف پڑھنے کا معمول تھا جس پر آپ زندگی کی آخری رات تک کاربند رہے۔ اس کی برکت سے آپ روزانہ مجموعہ حسنات حضرت محمد ﷺ کی زیارت بابرکت سے مشرف ہوتے تھے۔ یہ راز زندگی کے آخری ایام میں فاش ہوا جب آپ عالم اضطراب میں بار بار فرماتے تھے کہ جب سے میرے بستر کے ساتھ پیشاب وغیرہ کے برتن رکھ دیئے گئے ہیں اور طہارت کا پہلا سا معیار نہیں رہا میں حضور سید البشر ہادی اکبر ﷺ کی زیارت سے محروم ہو گیا ہوں ورنہ یہ دولت بیداری میں مجھے ہر شب حاصل تھی۔ آپ درود خضری کا ان الفاظ سے ورد فرمایا کرتے تھے۔

صَلَّی اللّٰهُ عَلٰی حَبِیْبِهٖ مُحَمَّدٍ وَّ اٰلِهٖ وَسَلَّمَ

یہ مختصر مگر نہایت جامع اور کامل درود شریف ہے۔ میاں صاحب شرقپوریؒ اپنے متوسلین کو اسی درود شریف کی تلقین فرمایا کرتے تھے۔ ''مقابیس مجالس'' میں مولانا رکن الدینؒ نے زیارت رسول ﷺ کے لئے درود خضری بہت مجرب بیان فرمایا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ حضرت اویس قرنیؓ کے معمول میں بھی یہی درود پاک تھا۔ (خزینہ رحمت) (فقری مجموعہ) (خزینہ درود شریف) (خزینہ معرفت) (سیرت النبیؐ بعد از وصال النبیؐ جلد سوم)

☆ ''خزینہ عملیات'' میں حافظ صوفی محمد عزیز الرحمٰن صاحب پانی پتی لکھتے ہیں کہ جو شخص خواب میں زیارت رسول اللہ ﷺ کا خواہش مند ہو تو اس کو چاہیے کہ شب جمعہ کو دو رکعت نماز پڑھے اور ہر رکعت میں آیۃ الکرسی ایک مرتبہ اور سورۃ اخلاص پندرہ دفعہ پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد حضور قلب کے ساتھ یہ دعا بلا تعداد پڑھے

اَللّٰهُمَّ اَنْزَلْتَ الْمَطَرَ مِنَ السَّمَآءِ لِتُحْيِيَ بِهِ الْاَرْضَ وَ تُسْقِيَ بِهِ الْعِبَادَ مِنْ خَلْقِكَ اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ قَدِ اشْتَدَّ شَوْقِيْ اِلٰى مُحَمَّدٍ وَّطَالَ حُزْنِيْ بِهٖ . اَللّٰهُمَّ فَارْحَمْنِيْ وَ مُنَّ عَلَيَّ مِنْ نَظْرِ وَجْهِهٖ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ ط

اس عمل کو پڑھنے کے وقت ان باتوں کا لحاظ نہایت ضروری ہے کہ کپڑے پاک ہوں بستر پاک ہو اور عطریات و خوشبو سے تمام چیزیں بسی ہوئی ہوں۔ جب تک زیارت نہ ہو برابر عمل کرتا رہے۔

بری عادات وخواہشات سے چھٹکارا

(ایم۔ صادق کاکڑ۔۔۔۔ دکی لورالائی)

پیارے قارئین کرام! آج کی محفل میں بہت آسان لیکن مجرب عمل پیش خدمت ہے یہ عمل بھی روحانی دنیا حاتم طائی، خالد خان خلجی کی کتاب خیال و سانس سے لیا گیا ہے۔ تجربہ کرنے کے بعد پیش کیا جارہا ہے۔

اگر آپ اپنے کسی خواہش یا بری عادت، نشہ، شراب، ہیروئن سگریٹ نوشی یا کسی بھی عادت سے تنگ و بیزار آ چکے ہیں اور اسے چھوڑنے کی حسرت ہے۔ مصمم ارادہ ہے کہ اس گناہ اور خواہش کو چھوڑا جائے تو اس سادہ طریقے پر عمل کریں کہ جب بھی آپ کا شوق و خواہش اس عادت بد کے لیے بیدار ہو کہ نشہ کیا جائے تو آپ فوراً داہنے نتھنے پر انگلی رکھ کر اور بائیں نتھنے سے لمبا سانس کھینچ لیں۔ اس کے بعد بائیں نتھنے پر انگلی رکھ کر اس سانس کو دائیں نتھنے سے ایک دم خارج کر دیں۔ اس طرح پندرہ بار کریں۔ جب خواہش سر اٹھانے یا تنگ کرے تو یہ معمولی سا عمل کر لیا کریں آپ دیکھیں گے کہ آپ کا مزاج اس عادت بد کے خلاف ہوتا چلا جائے گا اور آپ کو اس عادت بد سے نفرت ہو جائے گی اور ہمیں تو قوی یقین ہے کہ جب آپ بری عادات و خواہشات سے چھٹکارا پائیں گے تو ہمیں دعاؤں میں ضرور یاد رکھیں گے۔

الرجی کا آزمودہ ٹوٹکہ

ماہنامہ عبقری میں اکثر بہنیں الرجی کی شکایت کرتی ہیں۔ میرا آزمایا ہوا چھوٹا سا ٹوٹکا ہے شائع کر دیں تاکہ الرجی والوں کا مسئلہ حل ہو جائے۔ میری والدہ صبح جب اٹھتیں تو چھینکوں کا سلسلہ شروع ہو جاتا ناک سے بے تحاشہ پانی بہتا۔ بہت علاج کروایا نہیں ٹھیک ہوا۔ آخر کسی نے بتایا کہ سفیدے کے چار پانچ سبز پتے لیکر ہتھیلیوں میں اچھی طرح مسلیں پھر ان ہتھیلیوں کو ناک کے قریب لے جا کر لمبے لمبے سانس لیں تقریباً پندرہ بیس منٹ ایسا کریں، دن میں تقریباً چار پانچ مرتبہ ایسا کریں۔ آپ یقین کریں میری والدہ بالکل ٹھیک ہو گئی ہیں۔ چار سال ہو گئے ہیں۔ پھر بھی الرجی نہیں ہوئی یہ عمل چار پانچ دن مسلسل کریں یا جب تک آرام نہیں آتا مسلسل کرتے رہیں انشاء اللہ آرام آجائے گا۔

(ایک بہن۔ دھمیال کیمپ قائد اعظم کالونی، راولپنڈی)

دانتوں کے کیڑے: چنبیلی کے کچھ پتے لیجئے اور انہیں پانی میں ابال لیجئے صبح نہار منہ اس پانی سے غرارے کیجئے۔ دانتوں کے کیڑے ختم ہو جائیں گے

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

آپ کی بیوی ہر وقت خوش رہنا پسند کرتی ہے، لیکن آپ خوش رہنے کی بجائے رونا پسند کرتے ہیں۔ اب خود ہی انصاف کریں کہ زندگی کیسے بسر کرنی چاہیے۔ کیا رونے کے مقابلے میں خوش رہنا بہتر نہیں

زبان میں لکنت

☆ میری عمر 20 سال ہے، زبان میں لکنت کی وجہ سے ہر وقت احساس کمتری کا شکار رہتا ہوں۔ اس سال کراچی پولی ٹیکنیک کالج میں داخلہ لیا ہے، لیکن پڑھائی اور کام کرنے کو جی بالکل نہیں چاہتا۔ یوں محسوس ہوتا ہے گویا میرے اندر سے خود اعتمادی، قوت ارادی اور آگے بڑھنے کی خواہش یکسر ختم ہوگئی ہے، لاشعور کی گہرائیوں میں ایک انجانا خوف جاگزیں ہے۔ رات کو کمرے سے اکیلے باہر نکلنے میں سخت ڈر لگتا ہے، حد درجے کا حساس ہوں، بات بات پر نروس ہوجاتا ہوں، حافظے میں کوئی بات نہیں ٹھہرتی، کلاس میں ڈرا ڈرا اور سہما سہما سا بیٹھا رہتا ہوں کہیں ٹیچر کوئی سوال نہ پوچھ لیں۔ ایسی ترکیب بتلایئے کہ میرا احساس کمتری ختم ہوجائے، قوت ارادی اور خود اعتمادی پیدا ہو۔ (پرویز اقبال۔۔۔کراچی)

جواب: لکنت کی وجہ سے آپ شدید احساس کمتری میں مبتلا ہیں۔ اسی وجہ سے آپ اپنے کو کم عقل خیال کرتے ہیں۔ آپ کے حافظے کی کمزوری کی بھی یہی وجہ ہے۔ آپ بولنے اور بات کرنے سے بھی گھبراتے ہیں۔ آپ کی عمر میں لکنت کا دور ہونا محال ہے۔ ہر انسان میں کوئی نہ کوئی کمزوری پائی جاتی ہے۔ کیا نظر کے کمزور ہونے اور عینک لگانے کی وجہ سے آپ احساس کمتری میں مبتلا ہوجائیں گے؟ لکنت کے باوجود بہت سے اشخاص شاندار کامیابیاں حاصل کرلیتے ہیں۔ آپ محنت سے پڑھائی کریں، امتحانات میں کامیابی حاصل کریں، پڑھائی میں کامیابی حاصل کرنے پر آپ کا احساس کمتری اور خوف دور ہوجائیں گے۔

زندگی سے نفرت بڑھتی جارہی ہے

☆ میرا بچپن بڑے دکھوں میں گزرا، گھر کے حالات بہت خراب تھے، والدین نے بڑی تکلیفیں اٹھا کر تعلیم دلوائی۔ بچپن کی محرومیوں نے میرے دل و دماغ پر نہایت گہرا اثر چھوڑا ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ اب مجھے زندگی کی تاریکیوں سے دلی محبت ہوگئی ہے، تنہائی میں جی بھر کر رونا میرا پسندیدہ مشغلہ ہے۔ دوست احباب سے باتیں کرتے کرتے اچانک کھو جاتا ہوں اور کچھ پتہ نہیں چلتا میرے اردگرد کیا ہورہا ہے، خدا کے فضل سے بڑی اچھی جگہ ملازم ہوں۔ مالی حالت بھی ٹھیک ہے۔ لیکن یہ عادت سی ہوگئی ہے کہ جیب میں پیسے ہونے کے باوجود فاقے کرتا ہوں، اس سے مجھے ایک پراسرار خوشی ہوتی ہے۔ کئی بار بے اختیار جی چاہتا ہے کہ اپنی ساری پونجی خاندان والوں میں بانٹ دوں اور خود اسی طرح فاقے کرکے مرجاؤں۔

بیوی نیک سیرت اور فرمانبردار ہے، لیکن اسے میری یہ قنوطیت بالکل پسند نہیں، طبیعت کے اس فرق کی وجہ سے ہماری بول چال کچھ عرصہ سے بند ہے۔ جسمانی طور پر روز بروز کمزور ہوتا جارہا ہوں اور زندگی سے نفرت لمحہ بہ لمحہ بڑھتی جارہی ہے۔ خودکشی کی ہمت نہیں ہوتی کہ میرے بعد والدین بے سہارا اور زندہ درگور ہوکر رہ جائیں گے۔ لاکھ سوچا، کچھ سمجھ میں نہیں آتا، اتنے سارے لوگوں میں اکیلا میں ہی کیوں دکھی ہوں، پریشانیاں میرا پیچھا کیوں نہیں چھوڑتیں، شائد اپنے کسی گناہ کی سزا پارہا ہوں؟ کس گناہ کی؟

(غ۔ ر۔۔۔۔۔منڈی بہاؤالدین)

جواب: آپ کی بیوی ہر وقت خوش رہنا پسند کرتی ہے، لیکن آپ خوش رہنے کے بجائے رونا پسند کرتے ہیں۔ اب خود ہی انصاف کریں کہ زندگی کیسے بسر کرنی چاہیے۔ کیا رونے کے مقابلے میں خوش رہنا بہتر نہیں۔ زندگی میں صرف ''مقامات آہ و فغاں'' ہی نہیں بلکہ خوشیاں بھی ہوتی ہیں۔ آپ اپنی بیوی کو اپنا ہم خیال بنانے کی بجائے اپنی بیوی کے ہم خیال کیوں نہیں ہوجاتے۔ افسردہ دلی حقیقی خوشیوں کو بھی ختم کردیتی ہے۔ ایمانداری سے دیکھیں تو آپ کو اپنی زندگی میں کئی ایسی باتیں نظر آجائیں گی جن کے لیے خدا کا شکر ادا کرنا چاہیے! اگر آپ دوسروں کے لیے محنت اور ہمدردی کے جذبات رکھتے ہیں، تو یقیناً آپ کے لیے بھی کچھ لوگ محبت اور ہمدردی کے جذبات رکھتے ہوں گے۔ آپ کو کسی گناہ کی سزا نہیں مل رہی، صرف کسی غلط فہمی کی وجہ سے پریشانی میں مبتلا ہیں۔ ناکردہ گناہ کے سلسلے میں احساسِ گناہ ہرگز نہیں ہونا چاہیے۔

سیاہ چشمہ میری کمزوری ہے

سوال: محترمی! سمجھ میں نہیں آتا یہ کیا عیب ہے کہ دن ہو یا رات، گرمی ہو سردی، گھر سے باہر نکلتا ہوں تو سیاہ چشمہ لگا کر حالانکہ میری شکل بری ہے نہ آنکھوں میں کوئی نقص ہے جسے چھپانے کی ضرورت محسوس ہو، یہ عادت بڑی عجیب ہے۔ لیکن کیا کروں، سیاہ چشمے کے بغیر قدم باہر نہیں رکھ سکتا، شرم اور جھجک مانع ہے، اپنے آپ کو غیر محفوظ سمجھنے لگتا ہوں۔ کیا آپ میری اس عادت پر کچھ روشنی ڈال سکتے ہیں؟ (اصغر رانا۔ سرگودھا)

جواب: عزیزم! آپ کے اس غیر معمولی طرز عمل کی محرکات میری دانست میں چار ہیں:

(1) آپ لاشعوری طور پر اپنی کسی محبوب شخصیت کے ساتھ مشابہت پیدا کرنے کی کوشش کررہے ہیں (2) آپ کا یہ رجحان نمائش پسندی کا مظہر ہے۔ غالباً آپ دوسروں کو اپنی طرف متوجہ کرنا چاہتے ہیں (3) آپ کسی پوشیدہ احساس جرم میں مبتلا ہیں۔ وہ جرم یا خطا کیا تھی، آپ بھول چکے ہیں، لیکن اتنا ظاہر ہے کہ آپ میں دوسرں کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر دیکھنے کی ہمت نہیں رہی (4) آپ کا جنسی تشخص (Sex Identity) کچھ الجھ کر رہ گیا ہے۔ آپ کو اپنی مردانہ حیثیت کے بارے میں شبہ سا ہے یا یہ بھی ہوسکتا ہے کہ آپ کی ابتدائی نشوونما یا تربیت میں کمی رہ گئی ہو۔

آیت سے بریگیڈیئر کی شوگر ختم

میری بیوی شوگر کی مریضہ تھی۔ میں کرک میں ٹیسٹ کرواتا تھا۔ کئی مہینوں کے بعد لیبارٹری والے عثمان نے بتایا کہ ان کے پاس ایک بریگیڈیئر صاحب آئے تھے وہ ان کا ٹیسٹ کرتے تھے پھر ان کا آنا بند ہوا تو ملاقات پر میں نے ان سے نہ آنے کی وجہ پوچھی تو فرمایا کہ وہ شوگر کے لیے

رَّبِّ اَدۡخِلۡنِیۡ مُدۡخَلَ صِدۡقٍ وَّ اَخۡرِجۡنِیۡ مُخۡرَجَ صِدۡقٍ وَّاجۡعَلۡ لِّیۡ مِنۡ لَّدُنۡکَ سُلۡطٰنًا نَّصِیۡرًا

سورۃ بنی اسرائیل کی آیت نمبر 80 ہر نماز کے بعد 7 بار پڑھتے ہیں اور ہر کھانے پر 7 بار پڑھ کر کھانا کھاتے ہیں۔ لہٰذا ٹیسٹ کی ضرورت نہیں ہے کیونکہ اب وہ تندرست ہوگئے ہیں۔ (مرسلہ: محمد مستعان، کرک کوہاٹ)

 تین باتوں میں توقف مت کرو: (1) نماز میں جب اس کا وقت ہوجائے (2) جنازہ میں جب تیار ہوجائے (3) بیوہ کے نکاح میں جب اس کا جوڑ مل جائے

چہرے کو تا دیر خوبصورت رکھنے کے گُر

بہت چکنی جلد والوں کے لیے متوازن غذا بڑی اہمیت رکھتی ہے۔ بہت چٹ پٹی اور چکنی چیزوں سے پرہیز کریں۔ تازہ پھل اور سبزیاں بقدر ہضم خوب استعمال کریں۔

(تحریر: طاہرہ خاتون)

حسن وخوبصورتی کی اصل روح یوں تو جلد کی گہرائیوں میں کہیں پوشیدہ ہوتی ہے۔ لیکن بسا اوقات خود جلد کی حالت پر رنگ روپ کے نکھار یا حسن کی تباہی و بربادی کا انحصار ہوتا ہے۔ کئی حالتیں ایسی ہیں جن میں حسن کے تمام لوازم۔ زیر جلد لوازم۔ پوری طرح موجود ہوتے ہیں۔ لیکن صرف جلد کی سطحی حالت درست نہ ہونے کے باعث ان سب پر پانی پھر جاتا ہے۔ اس وقت بہت سی بہنیں اصل خرابی سے باخبر ہونے اور اسے رفع کرنے کی بجائے بری طرح حسن افزا مصنوعات کا پیچھا کرتی ہیں۔ اپنی جلد کی ناقص حالت کو چھپانے کے لیے بار بار آئینہ کے مقابل جاتی ہیں اور کریم یا پاؤڈر وغیرہ متعدد بار اور بہت بہت سی مقدار میں لگاتی ہیں۔ ہر روز ایک سے ایک نیا برانڈ ان کی سنگھار میز پر ہوتا ہے۔ لیکن ان کی جلد کے داغ اور بے رونقی پھر بھی رسوائی کا کلنک ہی بنی رہتی ہے۔ حقیقت میں وہ حسین ہونے کا دعویٰ نہیں کر سکتیں۔

خوبصورتی کے اظہار کے لیے جلد کو بے داغ ہونا، اور جلد کو داغ دھبوں کی یورش سے بچانے کے لیے جلد اور اس کے رنگ روپ کی حفاظت کرنا ضروری ہے۔ اس پر وقت اور توجہ صرف کر کے جلد کی کھوئی ہوئی کشش کو بحال کیا جا سکتا ہے۔

ممکن ہے بہت سی بہنیں اس کام کو بڑا پیچیدہ مسئلہ یا جان کا جنجال سمجھتے ہوئے پہلے ہی فیصلہ کر لیں کہ ہٹاؤ! کون اس بک بک میں پڑے۔ لیکن غور سے دیکھا جائے تو یہ مسئلہ نہ پیچیدہ ہے، نہ جان کا جنجال بلکہ نہایت سادہ اور آسان ہے۔ ضرورت صرف خواہش اور توجہ کی ہے۔ اس مقصد کی طرف سے سب سے پہلا اور غالباً لازمی قدم یہ ہوگا کہ آپ اپنی جلد کی قسم کا تعین کریں کہ جو جلد آپ کو قدرت نے عطا کی ہے وہ کس زمرہ سے تعلق رکھتی ہے، آیا وہ بہت خشک ہے یا بہت چکنی؟ اس پر داغ اور نشان بہت زیادہ ہیں؟ یا اس کا رنگ دھوپ اور سورج کے عمل سے بہت زیادہ سیاہ پڑ چکا ہے؟ ان تمام حالتوں کا علاج موجود ہے۔ ضرورت صرف اس بات کی ہے علاج آپ کو معلوم ہو، اور آپ اس پر پوری طرح عمل کریں۔

اگر جلد بہت خشک ہے تو اس کے لیے خاص علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ سب سے پہلے آپ کو اس کی خشکی کے اصل سبب کو سمجھنا چاہیے۔ اس قسم کی جلد میں چکنائی پیدا کرنے والی گلٹیوں کے فعل سے کافی روغنی مادہ پیدا اور خارج نہیں ہوتا جو اسے چکنا رکھنے اور اس کی سطح سے نمی کی تبخیر کو روکنے کے لیے ضروری ہے۔ ممکن ہے کہ جلد کی خشکی اس پر دھوپ یا ہوا کے بہت زیادہ پڑنے کی وجہ سے ہو، لیکن اس کی بڑی وجہ غالباً یہ ہوئی کہ اب تک جو حسن افزا مصنوعات اور صابن وغیرہ آپ استعمال کرتی رہی ہیں، وہ بہت زیادہ خشکی لانے والے تھے۔ چنانچہ روغنی گلٹیاں جو چکنائی پیدا کرتی ہیں وہ روزانہ صابن استعمال کرنے سے ڈھل جاتی یا میک اپ میں جذب ہو جاتی ہیں۔ ممکن ہے جہاں آپ رہتی ہوں وہاں کا پانی خراب ہو یا آپ سمندر کے کنارے جائیں اور وہاں بار بار کھارے پانی سے غسل کرنے کا اتفاق ہوا اور یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ وزن کم کرنے کے شوق میں سختی سے اپنے غذائی پروگرام پر عمل پیرا ہو کر اپنی جلد کو چکنائی کے ضروری عنصر سے محروم کر رہی ہوں۔

بہرحال جلد کی خشکی کا سبب ان میں سے کوئی بھی ہو، خشک جلد کی مصنوعی دیکھ بھال لازمی ہے۔ نہ صرف اس لیے کہ ایسی جلد تیز رفتاری کے ساتھ بوڑھی ہوتی ہے اور اس میں جھریاں اور لکیریں جلد پڑ جاتی ہیں بلکہ اس لیے بھی کہ اس جلد پر اکثر دھبوں کی چکتیاں اور کھردرا پن پیدا ہوتا رہتا ہے۔

اس کے لیے کوئی عمدہ کریم جو لینولین سے بنائی گئی ہو اور جس میں حیاتین الف وافر مقدار میں شامل کی گئی ہو، خشک جلد کو ملائم بنانے کے لیے بہت مفید ہے۔ اس کی قدرتی نمی کو ضائع ہونے سے بچاتی ہے اور جھریوں کو ہلکا کر کے اس میں ہمواری پیدا کرتی ہے۔ منہ دن میں صرف ایک بار اور ایسے صابن سے دھوئیے جس میں چکنائی زیادہ مقدار اور اچھی حالت میں موجود ہو۔ اس قسم کے صابن سپر فیٹڈ کہلاتے ہیں۔ اگر ایسا عمدہ صابن بازار میں دستیاب نہ ہو تو کسی ماہر جلد سے مشورہ کیجئے، وہ آپ کی راہنمائی کرے گا۔ صابن لگانے کے بعد نیم گرم پانی سے منہ دھو ڈالیے اور اس کے بعد شیر گرم پانی ڈالئے ٹھنڈا پانی زیادہ استعمال نہ کیجئے۔ کیونکہ سردی روغنی مادے کی واپسی کو روک دیتی ہے۔ صابن کو براہ راست چہرہ پر رگڑنا نہیں چاہیے۔ بلکہ کسی برتن میں صابن کا پانی بنا کر اس میں خوب جھاگ اٹھائیے اور اس سے منہ دھوئیے۔ روزانہ رات کو چہرہ پر لینولین کریم لگائی جائے اور بستر پر جانے سے پہلے میک اپ کو چہرے سے بالکل صاف کر دیا جائے۔ دن کے وقت میک اپ کرنے کے لیے بیس (Base) کے طور پر کوئی عمدہ کریم پہلے ضرور استعمال کی جائے اور جلد کو دھوپ اور تیز ہوا سے بچایا جائے۔ سبز ترکاریاں، پھل، گھی، دودھ، مکھن، کریم، بالائی، کھویا وغیرہ استعمال کیا جائے اور اگر جلد بہت زیادہ خشک ہو تو سیال یا گولیوں کی شکل میں مچھلی کے تیل کا استعمال بھی ضروری ہے۔ بہت چکنی جلد کی پہچان آسان ہے۔ یہ صاف طور پر چکنی اور چمکیلی نظر آتی ہے۔ ناک اور رخساروں پر جہاں روغنی مادہ کی گلٹیاں نسبتاً بڑی اور زیادہ فعال ہوتی ہیں، یہ چکنائی خاص طور پر نمایاں ہوتی ہے، ایسی جلد اگر چہ بسا اوقات بدنما دکھائی دیتی ہے۔ لیکن کم از کم اس کا ایک فائدہ یہ ضرور ہے کہ ایسی جلد پر بڑھاپے کے آثار دیر سے پیدا ہوتے ہیں اور وہ زیادہ دیر تک جوان اور توانا رہتی ہے۔ جلد کے زیادہ چکنا ہونے کی وجہ یہ ہے کہ اس کی روغنی مادہ کی گلٹیاں زیادہ چکنائی پیدا اور خارج کرتی ہیں۔ دن میں تین چار بار منہ دھونے سے زائد چکنائی کو دور کیا جا سکتا ہے۔ دن میں برف کے ٹھنڈے پانی سے چھینٹے مارنا بھی ایسی جلد کے لیے مفید ہے۔ جب بھی آپ اس کے لیے سیال میک اپ استعمال کریں، تو اسے بھی برف سے ٹھنڈا کر لیا کریں۔

گرمی کی شدت اور پسینہ دونوں مل کر جلد کے روغنی مادہ کو زیادہ رقیق کر دیتے اور اس کے اخراج کو بڑھا دیتے ہیں جس کی وجہ سے جلد کی حالت گرم موسم اور بہت گرم کمروں میں اور بھی ناگفتہ بہ ہو جاتی ہے۔ بڑھتی ہوئی حرارت خواہ بیرونی ہو یا کسی ذہنی کوفت کے نتیجے میں پیدا ہوئی ہو جلد کی گلٹیوں کو بہت زیادہ تحریک پہنچاتی ہے

اس وقت چھوٹے چھوٹے مساموں سے بھی روغن اور نمی کا اخراج ہوتا ہے۔ اور جلد چکنی اور چپچپی ہو جاتی ہے لیکن یہ روغنی مادہ بجائے خود قدرت کا ایک محافظ عطیہ ہے اس کی بدولت جلد ہوا، سردی اور جھونکوں کا مقابلہ بخوبی کر سکتی ہے اور اس میں جھریاں آسانی سے پیدا نہیں ہوتیں۔ اس قسم کی جلد کی اگر بخوبی حفاظت کی جائے تو خشک جلد کے مقابلہ میں وہ زیادہ عرصہ تک جوان و پرشباب رہ سکتی ہے۔ جلد کی زیادہ چکنائی کو دور کرنے کے لیے روزانہ دن میں کئی بار اسے صابن سے صاف کیجئے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

جن کا علمِ دین حاصل کرنے کا انوکھا انداز

جن (عبدالرحمٰن) شاہ جہاں کی لڑکی پر وارد ہو گیا شاہ جہاں نے آگرہ، لکھنو، میرٹھ، کانپور، لاہور سے کئی عامل بلوائے کہ شہزادی اس بلا سے نجات پائے لیکن دوران عمل یہ جن یہی کہتا رہا مجھے نکالنا مقصود ہے تو سیالکوٹ سے ملا عبدالحکیم کو بلاؤ

قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے

(تحریر: سعادت اللہ خان۔ حیدر آباد سندھ)

نسائی شریف میں ہے کہ جب سانپ کو لاٹھی سے مارنا چاہو تو ایک بار زور سے آواز دے لو کہ اگر تو جن ہے تو غائب ہو جا تو پھر اس پر ضرب لگاؤ۔ شاہ عبدالعزیز محدث دہلویؒ کے دور میں بھی جن حضرات نے ان سے قرآن و حدیث کی تعلیم حاصل کی تھی ان کی سوانح عمری میں مفصل واقعات درج ہیں۔ تین سو سال قبل شاہ جہاں کے عہد میں اس طرح کا ایک واقعہ سیالکوٹ شہر میں بھی رونما ہوا تھا جس کا ذکر چند تاریخی کتابوں میں موجود ہے۔ میں خود سیالکوٹ کا باشندہ ہوں اور اس واقعہ کی چھان بین بیشتر تاریخی کتب سے بھی کی ہے۔ آج سے تین ساڑھے تین سو سال قبل سیالکوٹ میں ایک مشہور عالم دینی مدرسہ تھا جس کی شہرت ہندوستان سے باہر بھی تھی۔ افغانستان، ایران وغیرہ کے طلباء بھی سیالکوٹ کے اس دارالعلوم میں پڑھنے کے لیے آتے تھے۔ اس مدرسہ یا دارالعلوم کے پہلے پرنسپل ملا کمالؒ تھے۔ ملا کمالؒ کی کلاس (سال سوم) میں تین طالب علم بعد میں جا کر بہت ہی مشہور ہوئے۔ ۱۔ علامہ ملا عبدالحکیم سیالکوٹی قریشی صدیقی

۲۔ حضرت شیخ احمد سرہندی مجدد الف ثانی فاروقی

۳۔ نواب سعد اللہ خان وزیر اعظم ہندوستان

ملا کمالؒ کی وفات کے بعد اس دارالعلوم کی مجلس منتظمہ نے اسی مدرسہ کے فارغ التحصیل علامہ عبدالحکیم سیالکوٹی کو اس مدرسہ کا پرنسپل مقرر کر دیا تھا ملا عبدالحکیم کے وقت میں یہ مدرسہ بہت ہی ترقی کر گیا اور طلباء کی تعداد سینکڑوں سے بڑھ کر ہزاروں تک پہنچ گئی تھی۔

ملا عبدالحکیم ایک جید عالم تھے جن کی شہرت بلاد عرب و شام تک پہنچ چکی تھی (اس وقت بھی ملا صاحب کی کئی ایک تصنیفات جامعۃ الازہر قاہرہ مصر۔ دارالعلوم دیو بند بھارت۔ جامعہ اشرفیہ لاہور۔ دارالعلوم کراچی نمبر 14 اور مدرسہ اسلامیہ جکارتہ میں پڑھائی جاتی ہیں۔ ملا صاحب کا مزار پرانوار شہاب روڈ سیالکوٹ پر واقع ہے اور اہالیان سیالکوٹ نے حال ہی میں اس مزار کی نئے سرے سے تعمیر کی ہے۔)

ان ایام میں ایک جن بھی (انسانی شکل میں) عبدالرحمٰن کے نام سے اس مدرسہ میں داخل ہوا، آخری سال مکمل کرنے سے ۵ ماہ پہلے ہی اس کا راز کسی طرح ملا عبدالحکیم پر فاش ہو گیا۔ ملا صاحب کو پتہ لگ گیا کہ عبدالرحمٰن انسان نہیں ہے بلکہ جن ہے۔ ہوا یوں کہ عبدالرحمٰن کہیں سے سبز الائچی کا پودا لے آیا۔ (جو تمام ہندوستان میں نایاب تھا) تاکہ اپنے استاد ملا عبدالحکیم کے لیے دوائی تیار کر سکے۔ اس محیر العقول واقعہ نے عبدالرحمٰن کا راز فاش کر دیا۔ اس سے قبل بھی عبدالرحمٰن نے اپنے ہم جماعتوں کو بے موسم سنگترے کہیں سے لا کر کھلا دیئے تھے مگر اس وقت کسی نے اس پر اس کے جن ہونے کا شک نہیں کیا تھا۔ لیکن اب تو سبز الائچی کے تازہ تازہ پودے نے اس کا راز فاش کر دیا، ملا عبدالحکیم نے عبدالرحمٰن کو کہا کہ وہ مدرسہ چھوڑ جائے کیونکہ اب ان کو علم ہو گیا ہے کہ وہ جن ہے اور ہم ''جن'' کو طلباء کی کلاس میں شرعاً رکھ نہیں سکتے اس نے بہتیری منت سماجت کی کہ مزید ۵ ماہ کی اجازت دے دی جائے تاکہ اس کا کورس ختم ہو سکے۔ مگر ملا جی نہیں مانے۔ آخر کار وہ جانے پر تیار ہو گیا۔ جاتی بار اس نے کچھ مالی امداد کی پیش کش کی مگر ملا جی نے قبول نہیں کی انہوں نے یہ کہہ کر انکار کر دیا کہ تیرا پیسہ...... حلال کی رقم نہیں ہوگی چوری کی رقم ہو گی مجھے ایسے مال کی ضرورت نہیں ہے، میں نہیں لیتا۔

آخر کار عبدالرحمٰن سیالکوٹ کا مدرسہ چھوڑ گیا اور دہلی جا کر شاہ جہاں بادشاہ کی لڑکی پر وارد ہو گیا۔ شاہ جہاں نے آگرہ، لکھنو، میرٹھ، کانپور، لاہور سے کئی عامل بلوائے کہ شہزادی اس بلا سے نجات پائے لیکن دوران عمل یہ جن یہی کہتا رہا ''مجھے نکالنا مقصود ہے تو سیالکوٹ سے ملا عبدالحکیم کو بلاؤ۔ کسی اور عامل اور عالم کے عمل پر میں نہیں نکلوں گا۔ میں خود عالم دین ہوں۔ لاکھ جتن کر کے دیکھ لو میں نہیں نکلوں گا'' تنگ آ کر بادشاہ نے شاہی رسالہ سیالکوٹ بھیجا اور بصد احترام و تعظیم ملا عبدالحکیم سیالکوٹی کو دہلی لایا گیا (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)


اسلام اور رواداری


پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 17 (ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

کلید کعبہ کا واقعہ:

کعبہ کی کلید برداری (حجابہ) جاہلیت کے زمانہ میں بھی نہایت عزت کی چیز سمجھی جاتی تھی۔ یہ کلید برداری اور دربانی قدیم زمانہ سے ایک خاص خاندان میں چلی آ رہی تھی۔ رسول اللہ ﷺ کے زمانہ میں اس خاندان کے ایک فرد عثمان بن طلحہ کعبہ مکرمہ کے دربان تھے۔ انہی کے پاس کعبہ کی کنجی رہتی تھی۔

امام بخاریؒ نے اپنی صحیح بخاری میں روایت کیا ہے کہ ہجرت سے قبل ایک بار رسول اللہ ﷺ نے چاہا کہ بیت اللہ کے اندر داخل ہو کر اللہ کی عبادت کریں۔ آپ ﷺ نے عثمان بن طلحہ سے جو اس وقت تک ابھی حلقہ بگوش اسلام نہ ہوئے تھے، بیت اللہ کی چابی مانگی تاکہ اس کا دروازہ کھول کر اس کے اندر جائیں اور رب قدوس کے حضور سر نیاز جھکا سکیں، لیکن عثمان بن طلحہ نے کنجی دینے سے انکار کر دیا اور نہ صرف انکار کیا بلکہ کچھ نازیبا الفاظ بھی آپ ﷺ کی شان میں کہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ''عثمان! کسی روز تم دیکھو گے کہ یہ چابی میرے ہاتھ میں ہوگی اور میں جسے چاہوں گا دوں گا۔ یہ سن کر عثمان بن طلحہ نے کہا ''وہ دن قریش کی تباہی اور رسوائی کا دن ہوگا'' آپ ﷺ نے فرمایا: ''نہیں بلکہ اس روز وہ آباد اور باعزت ہوں گے'' اس کے بعد چشم آفتاب نے وہ وقت دیکھا کہ مکہ فتح ہوا اور نہ صرف بیت اللہ کا بلکہ شہر مکہ کا تمام اختیار آپ ﷺ کے ہاتھ میں آ گیا۔ آپ ﷺ مکہ مکرمہ میں داخل ہوتے ہی سب سے پہلے بیت اللہ تشریف لے گئے۔ کعبہ کا سات بار طواف کیا۔ اس کے بعد آپ ﷺ نے عثمان بن طلحہ کو بلایا۔ (ایک روایت کے مطابق عثمان بن طلحہ صلح حدیبیہ اور فتح مکہ کے درمیانی زمانہ میں مسلمان ہو چکے تھے)۔ آپ ﷺ نے ان سے چابی لی اور دروازہ کھول کر اندر داخل ہوئے۔ آپ ﷺ کچھ دیر بیت اللہ کے اندر رہے اور وہاں جو بت تھے ان کو اپنے ہاتھ سے توڑ دیا۔ رسول اللہ ﷺ بیت اللہ سے باہر نکلے تو آپ ﷺ کے ہاتھ میں اس کی چابی تھی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

سر درد کا خاتمہ: اگر آپ کو درد سر کی شکایت ہے تو سر کو بھاپ دیجئے اور پھر اسے سرد پانی میں بھیگے تولیے سے صاف کر دیجئے۔ درد سر دور ہو جائے گا

نسوانی حسن کی کمی | خوداعتمادی کی کمی | قبض ام امراض | جسمانی تھکن | سانس کی شکایت

پہلے ان ہدایات کوغور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

سوریاسس

عمر ۶۵ سال، مجھے سوریاسس کی شکایت لاحق ہوگئی ہے۔ اس کی وجہ سے پریشان ہوں۔ بتایئے کیا علاج کیا جائے؟ (سلیم احمد، کراچی)

جواب: یقیناً یہ ایک ہٹیلا مرض ہے۔ اس کے اسباب کا کھوج لگایا جا رہا ہے، مگر ہنوز حتمی کامیابی حاصل نہیں ہوئی ہے۔ نہ جانے کون سا جرثومہ ہے کہ چھپا رہتا ہے۔ مرتا ہے اور پھر زندہ ہو جاتا ہے۔ طب کے حاملین کی رائے یہ ہے کہ یہ خون کا فساد ہے اور خون میں ایسی تبدیلی ہے جس کی اصلاح پر قابو حاصل نہیں ہو رہا۔ اول ۱۵یوم صبح اور رات کو قرص زرد ایک عدد کھا کر اوپر سے جوشاندہ، گل منڈی (۶ گرام) پلایا جاتا ہے۔ ۱۵دن بعد ۱۵دن کے لیے شام کو حب لیموں اضافہ کر دیتے ہیں۔ ایک ماہ میں اکثر و بیشتر افاقہ ہو جاتا ہے، مگر علاج اس طرح جاری رہے کہ ایک ماہ دوا ایک دن چھوڑ کر کے استعمال کرتے رہیں۔ پھر اگلے ماہ دو دن چھوڑ کر۔ پھر اگلے ماہ تین دن چھوڑ کر۔ اس کے بعد ہفتے میں صرف ایک دن دوا جاری رہے۔ چھ ماہ بعد صورتِ حال پر از سرِ نو غور کیا جاتا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 5,4 ضرور استعمال کریں۔

نسوانی حسن کی کمی

عمر ۲۱ برس اور وزن ۵۱ کلو ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں نسوانی حسن سے محروم ہوں۔ ایام سے قبل سینے میں درد اور اکڑن بھی ہوتی ہے۔ بازاری دوائیں استعمال کرتے ہوئے ڈر لگتا ہے، اس لیے آپ سے بڑی امید کے ساتھ رابطہ کر رہی ہوں۔ حکیم صاحب! کوئی ایسی دوا بتائیں کہ میرا نسوانی حسن میری عمر کے مطابق ہو جائے۔ (شمیم اختر۔ لودھراں)

جواب: میری عزیز بیٹی! میرا مشورہ یہ ہے کہ آپ ''اکسیر البدن'' کا استعمال شروع کر دیں۔ صبح ناشتے کے بعد اور رات کھانے کے بعد (یا پہلے) تین گولیاں ہمراہ دودھ مسلسل دو ماہ استعمال کریں اور چارٹ سے غذا نمبر 2 استعمال کریں

خوداعتمادی کی کمی

عمر ۶۰ سال، تقریباً ۲۵ سال سے خوداعتمادی میں کمی ہے۔ اب تو اس میں بہت شدت آ گئی ہے حتیٰ کہ مسجد جاتے ہوئے بھی گھبراتا ہوں کہ کچھ ہو نہ جائے۔ بہت علاج کرایا، لیکن کوئی دوا کارگر نہیں ہوئی۔ (سلیمان انصاری۔ کراچی)

جواب: جب اللہ کا خوف دل سے نکل جاتا ہے اور ایمان میں کمزوری آ جاتی ہے تو ہر خوف کو دل میں جگہ مل جایا کرتی ہے۔ آپ اپنے حالات پر اس انداز سے غور کریں اور صحیح فیصلہ کریں اور اس حقیقت کو تسلیم کریں کہ ایمان اور خوف ایک دل میں جمع نہیں ہو سکتے۔ آپ کو اس کے ساتھ ہی دوا کی ضرورت بھی ہے تاکہ قوتِ مدبرۂ بدن آپ کی مدد کرے۔

صبح: اکسیر البدن اور سکونی کی دو دو گولیاں ہمراہ پانی استعمال کریں۔ **شام:** وٹامن سی ۲ عدد ہمراہ افتیمونی ۲ عدد

رات: ٹھنڈی مراد آدھا چمچ ہمراہ دودھ کی لسی

چارٹ سے غذا نمبر 2 کو استعمال کریں ان شاء اللہ فائدہ ہوگا

سانس کی شکایت

عمر ۶۵ سال، دو سال سے سانس پھولنے کی شکایت ہوگئی ہے خاص طور پر موسم سرما میں یہ تکلیف زیادہ ہو جاتی ہے۔ اس کی دوا تجویز کریں۔ (نورین۔ ملتان)

جواب: محترمہ حالات ناکافی ہیں۔ عین ممکن ہے کہ یہ فقط دمہ ہو۔ مگر یہ بھی تو ممکن ہے کہ یہ قلب کا دمہ ہو۔ میرا مشورہ یہ ہے کہ آپ کو کسی اچھے معالج کے پاس جا کر صحت کے ساتھ معائنہ اور علاج کرانا چاہیے۔

قبض ام امراض

عمر ۲۵ برس، اکثر قبض کی شکایت رہتی ہے۔ زبان بھی نیلے رنگ کی ہوگئی ہے۔ میرا خیال ہے کہ جگر اور معدہ صحیح کام نہیں کر رہے ہیں۔ کیا واقعی ایسا ہے؟ اس کا علاج کیا کروں؟ (شہزاد، راولپنڈی)

جواب: کہتے ہیں کہ قبض ام الامراض ہے! درحقیقت یہ عہد جدید کا مرض ہے۔ آج کل اکثر غذائیں نفاست کی حامل ہوتی ہیں۔ ڈبا بند غذائیں اس کی مثال ہے اور پھر پاکستان میں پیزا ہٹ، کے ایف سی، اور میک ڈونلڈ کی وبائیں باہر سے آئی ہیں۔ یہ غذائیں نفیس ہوتی ہیں، مگر آنتوں میں ان سے کدورتیں جنم لیتی ہیں۔ ان حلال و حرام غذاؤں میں فائبر نہیں ہوتا، یعنی بھوسی نہیں ہوتی جو آنتوں کو قدرتی حرکت دیتی ہے اور قبض نہیں ہونے دیتی۔ ریشے نہیں ہوتے جو آنتوں کو حرکت دیتے ہیں اگر آپ ان مشکوک غیر متوازن غذاؤں کے مراکز پر لائین لگا کر کھڑے ہوتے ہیں تو آپ اپنی جگہ غیرت کو فروخت کرتے ہیں۔ عزت نفس ضائع کر رہے ہوتے ہیں۔ آپ اپنی غذاؤں میں تبدیلی کریں۔ آٹا وہ کھائیں جس میں بھوسی ہو۔ چاول وہ کھائیں جس پر پالش نہ کی گئی ہو۔ سبزیاں زیادہ کھائیں۔ گوشت کم کریں۔ پانی زیادہ پینا چاہیے اور ذرا سی ورزش بھی کر لیا کریں۔ حرکت میں برکت ہے، اسے فراموش نہ کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 6,5 استعمال کریں۔

جسمانی تھکن

عمر ۳۰ برس، ایک پرائیویٹ ادارے میں ملازم ہوں اور شام کو جزوقتی کام بھی کرتا ہوں جس کی وجہ سے جسمانی اور دماغی تھکن کافی ہو جاتی ہے۔ اس کے لیے کیا غذا اور دوا استعمال کروں؟ (محمد امین۔ بہاولپور)

جواب: نظام معاش و اقتصاد صحت و سلامتی کا عنوان ہو تو ایسے حالات پیدا نہیں ہونے چاہئیں کہ ایک انسان صبح سے شام تک ایک جگہ کام کرنے کے بعد شام سے رات تک کسی

اور جگہ کام کرے اور اس طرح اپنے گھر کے حالات کو درست رکھے اور خود تھک تھکا کر بے جان ہو جائے اور زندگی کے دن پورے کرے اور جلد اللہ کو پیارا ہو کر خاندان کو حوالہ حالات کر دے۔ آپ کی تھکن بجا ہے۔ آپ کی تکلیف برحق ہے۔ آخر آپ انسان ہیں اور آپ کی قوتوں کی ایک حد ہے اور حساب ہے۔ کب تک آپ صبح سے رات تک کام کریں گے؟

میرے عزیز! آپ اپنی غذا میں ایک انڈا ضرور شریک کر لیجئے اور بند گوبھی زیادہ سے زیادہ کھایئے۔ اس میں معتدل اجزا بکثرت ہیں۔ اب موسم آرہا ہے اور چارٹ سے غذا نمبر 4,3 ضرور استعمال کریں۔

پنڈلیوں پر خارش

عمر ۴۴ سال، میری پنڈلیوں میں خارش رہتی ہے خاص طور پر بائیں پنڈلی میں۔ مالش کرنے پر اگرچہ افاقہ ہو جاتا ہے، لیکن چند روز بعد یہ خارش دوبارہ شروع ہو جاتی ہے۔ کوئی مناسب اور مؤثر نسخہ تجویز فرمایئے۔ (مس مہناز۔ سکھر)

جواب: ہم اس صورت حال کو خون کا عدم توازن کہتے ہیں۔ اب اسکا نام الرجی ہے۔ غالباً یہ صورت حال غذا کی کسی ناموافقت کی وجہ سے ہے۔ اگر آپ کی غذا میں گائے کا گوشت ہے تو اسے ترک کر دیجئے کہ یہ قاتل صحت اور نظام ہضم کو خراب کرتا ہے اور متعدد امراض پیدا کرتا ہے۔ پھر بیمار اور دق میں مبتلا گائے کا گوشت تو اور بھی تباہ کن ہے۔ جاپان کا ایک وفد پاکستان بہ سلسلہ خریداری گوشت آیا۔ اس کی رائے میں پاکستان کی گائے کا گوشت انسان کے لیے موزوں نہیں ہے اور یہ حقیقت بھی ہے۔

یہ بھی ہوسکتا ہے کہ پنڈلی کی یہ خارش مقامی ہو اور کسی قسم کا اگزیما ہو۔ آپ ہلدی لے کر اور اسے پانی میں ملا کر رات کو پنڈلیوں پر لگانا شروع کر دیں۔ غالباً اس سے یہ مقامی تکلیف ختم ہو جائے گی۔ احتیاطاً آپ سکونی کی ایک دو شیشیاں منگوا کر کھالیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 6,5 ضرور استعمال کریں۔

ہاضم تیزاب کی کمی

میرے معدے میں ہاضم تیزاب کی کمی ہے۔ کیا کرنا چاہیے۔ (عجب خان، سوات)

جواب: ایک گلاس انناس کا رس روزانہ پینے اور انناس کھانے سے تیزاب معدہ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ کلورین جو کھانے کے نمک کا ایک جزو ہے انناس میں وافر مقدار میں ہوتی ہے۔ یہ پروٹین کو ہضم کرنے کے لیے ضروری ہے اور تیزاب نمک کی تولید میں معاون ہے جو گوشت کو ہضم کرتا ہے۔ چوں کہ پاکستان میں اس پھل کا ملنا دشوار ہے اس لیے اس کے علاوہ بہت سی بوٹیاں اور بوٹیوں کی جڑیں بھی یہی فعل انجام دیتی ہیں۔ مثلاً جطیانا، بادرنجبویہ، پپیتا (کنگری) وغیرہ۔

قارئین کی قیمتی رائے

قارئین اپنی قیمتی آراء ہمیں ضرور ارسال کریں، تا کہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جا سکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں۔ Ubqari@hotmail.com

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلو چہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑاہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار کا جوس، انار شیریں، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

 قبر و آخرت میں عذاب سے حفاظت: یَا مُحْصِی ایک ہزار مرتبہ جو کوئی ہر شب جمعہ پڑھ لیا کرے ان شاء اللہ عزوجل قبر و قیامت کے عذاب سے محفوظ ہوگا

پندرہ شعبان کے روزے کی زندہ کرامت

بچی کو جب کنوئیں سے نکالا گیا تو اس کے سر میں چوٹ لگی ہوئی تھی اور خون نکل رہا تھا۔ گھر والوں نے اس کو نیم گرم دودھ پینے کو کہا تو بچی نے جواب دیا کہ میں روزے سے ہوں۔ میری آنکھوں سے اسی وقت آنسو جاری ہو گئے

خونخوار کتے سے بچ گئے

بندہ ماہنامہ عبقری بڑے ذوق وشوق سے پڑھتا ہے۔ بندہ ناچیز چونکہ اکثر و بیشتر دعوت میں وقت لگا تا رہتا ہے۔ تو عموماً کوئی عجیب سا واقعہ سن لینے میں آتا ہے مگر یہ آپ بیتی جو آپ کو لکھ رہا ہوں حرف بحرف حقیقت ہے۔

میری تشکیل پچھلے سال مارچ والے جوڑ سے سردار گڑھ جو کہ ظاہر پیر سے کچھ آگے ہے، ہوئی۔ یہ 25 دن کی تشکیل تھی 9 ساتھی ہم میں جھنگ کے تھانہ 18 ہزاری کے مضافات کے تھے بقیہ 4 ساتھی سندھ ٹھٹھہ کے تھے۔ ہم نے سردار گڑھ اور اسکے اندر ماتک والی بستی پھر جنید والی بستی وغیرہ میں کام کیا چند دن حضرت مولانا محمد منظور نعمانی صاحب دامت برکاتہم کے وطن ماتک والی میں جامع مسجد میں جہاں ان کے بیٹے مولانا حفیظ الرحمٰن صاحب ہوتے ہیں وہاں کام کیا تو خصوصی گشت جس میں بندہ ناچیز اور جماعت کے امیر صاحب، دو جماعت کے اور تین مقامی ساتھی تھے ۔تقریباً 2 کلومیٹر آگے کسی چھوٹی سی بستی میں گئے واپسی پر جب آرہے تھے تو کھیتوں میں تقریباً ایک ایکٹر دور خونخوار قسم کا کتا پھر رہا تھا۔ ہمیں دیکھ کر بھونکنا شروع کردیا ساتھ ہی ہماری طرف لپکا۔ امیر صاحب سمیت سب ساتھی کچھ ڈر سے گئے تو الحمد اللہ بندہ کو موقع پر یاد آگیا کہ اس وقت یہ آیت شریفہ " **صُمٌّ بُكْمٌ عُمْيٌ فَهُمْ لَا يَعْقِلُوْنَ ط**" (سورۃ بقرہ کی آیت نمبر 18) پڑھی جاتی ہے تو میں نے باآواز یہ آیت شریفہ پڑھی۔ پڑھنے کی دیر تھی کہ کتا جہاں تھا وہیں پہ رک گیا اور بھونکنا بھی بند کردیا۔ یہ سچا واقعہ ہے میں اس پر ہر قسم کا حلف اٹھانے کو تیار ہوں۔ اس کو افادۂ عام کے لیے اپنے کسی شمارہ میں جگہ ضرور دیں۔

پندرھویں شعبان کے روزے نے بچالیا

پندرھویں شعبان کی صبح میں حسب معمول اپنے گھر میں سو رہا تھا کہ میرے محلے کی ایک عورت میرے گھر آئی اور بتایا کہ ہمارے محلے کے کنوئیں میں ایک بارہ سالہ بچی پانی بھرنے کے لیے گئی ہے وہ بے خیالی میں گرگئی ہے۔ میں فوراً کنوئیں والے گھر چلا گیا۔ دیکھا کہ محلے کے کچھ مرد وحضرات بھی وہاں موجود ہیں اور بچی کو بچانے کی تدبیر سوچ رہے ہیں۔ میں بیس فیٹ والے کنوئیں کے کنارے پر بیٹھ گیا۔ بچی کو دیکھنے لگا۔ بچی بڑی حسرت بھری نگاہوں سے اوپر کی جانب دیکھ رہی ہے کہ کوئی مجھے جلدی سے کنوئیں سے نکال دے۔ ایک گھنٹے کی تاخیر کے بعد بچی کو کنوئیں میں سے نکالا گیا۔ بچی کے سر میں چوٹ آئی تھی اور خون نکل رہا تھا۔ لیکن بچی کا باقی جسم اور ہاتھ پیر سلامت تھے۔ کنوئیں میں سے نکالنے کے بعد جب بچی کو اس کے گھر لے گئے اور گھر والوں نے نیم گرم دودھ پینے کو کہا تو بچی نے کہا میں روزے سے ہوں۔ بچی کی اس بات کو سن کر میری آنکھوں میں آنسوؤں کی بارش شروع ہوئی۔ یقیناً اس بچی کو پندرھویں شعبان کے روزے نے بچا لیا۔ (مرسلہ: حکیم نصرت صابر۔ جیوانی ضلع گوادر)

چند منٹوں میں ناقابل بیان دانت درد کا علاج

دانت کا درد کیسا ہی کیوں نہ ہو۔ ایک گلاس پانی میں تھوڑی سی پھٹکڑی اور نمک ملا کر دانت پر لگایئے چند منٹوں میں ناقابل بیان دانت کی تکلیف دور ہو جائے گی۔

بے مثال منجن :۔ دانتوں اور مسوڑوں کی بہت سی امراض مثلاً دانتوں کا ہلنا، پانی لگنے سے درد، میل کا جم جانا، پیپ کا آنا، مسوڑوں کا پھوٹنا، دانتوں کا کیڑہ وغیرہ دور کر کے دانتوں کو مضبوط سفید اور چمکدار بناتا ہے اور اس منجن کے متواتر استعمال سے دانت اور مسوڑوں کو بہت سے امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔

ھوالشافی:۔ سرمہ سفید، پھٹکڑی، چھلکا مولری خشک، چاروں چیزوں کو ہموزن لیکر کوٹ کر چھان لیں اور محفوظ کر لیں اور استعمال کریں۔ خیال رکھیں کہ یہ حلق میں نہ جائے ،لوگوں کو مفت دیں اور ثواب حاصل کریں۔

(مرسلہ: محمد اسد۔ پشاور)

عورتیں ضرور میرے تجربے کی قدر کریں

حکیم صاحب آپکا لکھا ہوا نسخہ اسگند، بکھڑہ۔ سونٹھ۔ میں نے پوری سردیاں استعمال کیا۔ مجھے بہت سی زنانہ پیچیدگیاں، بیماریاں تھیں جو فوجی فاؤنڈیشن ہسپتال والوں نے لاعلاج قرار دیکر آپریشن لکھ دیا تھا۔ آپ کا یہ نسخہ باقاعدگی سے استعمال کیا۔ سب بیماریاں ختم ہوگئیں۔ خاص کر پرانی لیکوریا، کمر درد، پورے جسم کا درد سب ٹھیک ہوگیا، میں نے درجنوں لوگوں کو یہ نسخہ دیا سب کو آرام آگیا۔ اب میرا پیغام سب بہنوں تک پہنچائیں کہ یہ دوائی ہمراہ دودھ کے استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ (یہ نسخہ ہر موسم میں یکساں مفید ہے۔ از ایڈیٹر)

(مرسلہ: ایک بہن۔ دھمیال کیمپ راولپنڈی)

(بقیہ: نماز کی ورزش اور سائنس کی حیرت)

اور اربوں کی تعداد میں مختلف قسم کے جراثیم ہیں۔ گندگی (Debris) کے ڈھیر ہیں۔ ٹوٹے پھوٹے اور مرے ہوئے خلیے ادھر ادھر سوکھے پتوں کی طرح بکھرے پڑے ہیں۔ جس طرح لان کی حفاظت سے لان کی گھاس نرم نرم اور اجلی اجلی ہوتی ہے۔ اسی طرح انسانی Skin کو بھی بہت زیادہ صفائی اور Care کی ضرورت ہوتی ہے۔ جلد کو تروتازہ رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ اس میں تازہ خون ہر وقت گردش کرے۔ ہر خلیے کو آکسیجن اور خوراک ملے جس کا دارومدار (Capillaries) میں خون کے بہاؤ پر ہے۔ (Capillaries) میں خون تب ہی آئے گا جب جلد کو باقاعدگی سے رگڑا جائے۔ جلد کو پانی کی بھی ضرورت ہے، تیل (Oil) کی بھی اور صفائی کی بھی۔ لہٰذا اگر باقاعدگی سے وضو کیا جائے، سرسوں کے تیل یا کسی بھی کریم یا پٹرولیم جیلی سے مالش کی جائے تو وہ بھی آپ کے چمن کی آسٹریلین اور امریکن گھاس کی طرح نرم نرم اور سرسبز وشاداب ہو جائیگی اور جلد کی بہت سی بیماریاں جو Fungus، بیکٹیریا یا Viros سے پھیلتی ہیں ان سے آپ بچ جائیں گے۔ ان شاءاللہ وضو اور غسل کے ذریعے Skin Creases میں جہاں جلد مرطوب رہتی ہے اور میل جمارہتا ہے وہ بھی دھل جاتا ہے اور کوئی جلدی بیماری نہیں لگتی۔ بند جوتوں اور جوگرز کے استعمال سے پاؤں کی انگلیوں کے بیچ میں Fungal Growth جس کو Athletes Foot کہا جاتا ہے، وہ ہو جاتا ہے، جو بہت تکلیف دہ بیماری ہے۔ لہٰذا 5 وقت وضو میں ہاتھوں اور پاؤں کی انگلیوں کا خلال کرنے سے یہ مرض نہیں ہوتا۔ بند جوتے برے نہیں لیکن ساتھ ساتھ پاؤں کو ہوا، پانی، صفائی، آکسیجن اور گلوکوز سے بھی محروم نہ کیجئے۔ پس ثابت ہوا کہ ہمارے جو اعضاء کپڑوں سے باہر رہتے ہیں اور آلودگی کا ڈائریکٹ نشانہ بنتے ہیں انہیں دن رات میں وقفے وقفے سے پانچ مرتبہ مل مل کر دھونے سے آلودگی کے نقصانات سے نجات ملتی ہے۔ وضو کا پانی گرمی، سردی دونوں میں جتنا زیادہ ٹھنڈا ہوگا جسمانی و دماغی تروتازگی کا باعث ہوگا۔

اہم اعلان قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

سردرد ختم کیسے ہو؟: سر کی زیتون کے تیل سے مالش کیجئے یا پیاز کاٹ لیجئے اور اسے سونگھئے اس طرح کرنے سے سر کا درد ختم ہو جائے گا

آپ کا خواب اور تعبیر

کچھ آزمائش

(تسنیم اختر۔۔۔بہاولپور)

میں نے دیکھا کہ میری شادی ہو گئی ہے میں اپنے کمرے کی طرف جاتی ہوں تو دیکھتی ہوں کہ چھوٹا سا کچا کمرہ ہے اور اس کے بیچ میں ایک خالی چارپائی پڑی ہوئی ہے میں اس کے کمرے کے دروازے میں کھڑی ہوئی ہوں اور حیرانی سے دیکھ رہی ہوں میرے ذہن میں یہ خیال ہے کہ میرا سارا جہیز سسرال والوں نے چھین لیا ہے یہ خواب میں نے رمضان المبارک میں دیکھا تھا۔

تعبیر: اللہ آپ کو نیک اور اچھا رشتہ عطا کرے گا اگرچہ اس سے قبل کچھ آزمائش اور پریشانی لاحق ہونے کا اندیشہ ہے اس لیے حسب توفیق صدقہ دیکر عافیت کی دعا کریں۔ ان شاءاللہ ہرطرح کی آفات سے حفاظت ہوگی۔

درود شریف کی برکت

(لبنیٰ بخاری۔کراچی)

خواب دیکھا کہ میں اور میری والدہ مکہ شریف میں ہیں۔ میں بالکل اکیلی خانہ کعبہ کے سامنے دعا کر رہی ہوں۔ درود شریف پڑھ رہی ہوں اور واپسی پر اپنے جوتے وہیں بھول آئی ہوں۔

تعبیر: اللہ نے آپ کو یہ زیارت درود شریف کی برکت سے عطا کی ہے اور یہ قبولیت درود کا اشارہ ہے البتہ ازدواجی زندگی میں کچھ پریشانی آنے کا اندیشہ ہے۔ بشرطیکہ آپ شادی شدہ ہوں۔ لیکن اگر غیر شادی شدہ ہیں تو رشتہ ملنے میں کچھ رکاوٹ کا خطرہ ہے۔ آپ حسب توفیق صدقہ دیدیں ان شاءاللہ یہ آزمائش نہیں آئے گی۔ واللہ اعلم

کوئی بڑا صدقہ کریں

(صلاح الدین۔کراچی)

میں نے دیکھا ہے کہ میں گہرے پانی میں گر گیا ہوں، بچنے کی کوشش کرتا ہوں کہ میرا ایک ہاتھ دلدل میں چلا جاتا ہے کچھ لوگ کھڑے دیکھ رہے ہیں میں نے دل میں کہا کہ اگر میں بچ گیا تو میں بھینسا قربان کروں گا اتنے میں کوئی چیز میرے ہاتھ آتی ہے اور میں بچ جاتا ہوں۔

تعبیر: اللہ نے آپ کو اپنی خصوصی رحمت سے بہت بڑی مصیبت سے محفوظ رکھا ہے اور اپنا خاص کرم کیا ہے۔ نیز اس طرف اشارہ ہے کہ آپ اللہ کی راہ میں خرچ کرنے میں نہایت بخل سے کام لیتے ہیں، اگر کبھی خرچ بھی کیا ہے تو ہزار مجبوریوں کی بناء پر۔ بہر حال یہ مسلمان کی شان نہیں ہے اس لیے آپ فوراً کوئی بڑا صدقہ دیں۔ اگر خدا نے خوب مال و دولت سے نوازا ہے تو خواب کو سچا کرتے ہوئے بھینسا ہی اللہ کی رضا کے لیے ذبح کریں ورنہ حسب توفیق صدقہ دے کر دو رکعات نماز شکرانہ ادا کریں۔ فقط واللہ اعلم

تلاوت قرآن کا اشارہ

(ارشد محمد صدیقی۔خانپور)

میں نے دیکھا کہ ایک نیک آدمی سفید لباس میں بیٹھے ہیں۔ انہوں نے مجھ سے کہا کہ آپ کی پریشانیوں کا حل یہ ہے کہ روزانہ صبح تیسرے پارے کا آخری پاؤ پڑھ کر دعا کیا کرو تو تمہاری پریشانیاں ختم ہو جائیں گی میرے ساتھ میری بہن کے بچے بھی بیٹھے ہیں انہوں نے بھی کہا کہ ماموں ہم کو بھی جو حافظ صاحب قرآن مجید پڑھانے آتے ہیں انہوں نے بھی کہا ہے کہ قرآن مجید کے تیسرے پارے کا آخری پاؤ پڑھا کرو اس کے بعد میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو ہدایت یہ ہے کہ ایک تو تیسرے پارے کا آخری پاؤ پڑھ کر حاجات کی دعا کیا کریں دوسرے یہ کہ سورۃ آل عمران کی آیت نمبر 25، 26 ہر نماز کے بعد تین دفعہ پڑھ کر مقاصد حسنہ کے لیے دعا کرلیا کریں ان شاءاللہ آپ کے مسائل حل ہو جائیں گے۔ واللہ اعلم

صدق و امانت کی کمی

(تانیا خان۔رحیم یار خان)

میں نے دیکھا کہ میں ایک سڑک پر ہوں ایک وین اور سائیکل جا رہی ہے۔ پتہ نہیں کس کے اوپر سے ایک گٹھڑی سبز رنگ کے کپڑے میں گرتی ہے جس کو میں اپنے ہاتھوں سے تھام لیتی ہوں وہ زمین پر نہیں جاتی ہے میں آواز دے رہی ہوں کہ کسی کا کچھ گر گیا ہے۔ لیکن میری نیت ہوتی ہے کہ وہ لوگ میری آواز نہ سنیں اور وہ میرے ہی پاس رہ جائے لوگ چلے جاتے ہیں۔ جب میں کھول کر دیکھتی ہوں تو اس میں نیا قرآن پاک ہوتا ہے جسے دیکھ کر میں خوش ہوتی ہوں اور دل میں کہتی ہوں کوئی بات نہیں جب میں پڑھوں گی اللہ تعالیٰ خریدنے والے کو بھی ثواب دے گا لیکن جب جلد کھولتی ہوں تو جلد نئی اور قرآن پرانا ہے۔ جس کے پہلے دو پارے کسی نے نکال دیئے ہیں مجھے غصہ آجاتا ہے۔ کہ قرآن شہید ہو گیا ہے میں کہتی ہوں چلو اپنے سسر سے کہوں گی کہ اس کو مسجد میں رکھ دیں پھر خود سوچتی ہوں کیا ہوا جو دو پارے پھٹے ہوئے ہیں باقی قرآن تو پورا ہے۔ وہ تو پڑھ سکتی ہوں اور اپنے ہی پاس رکھ لیتی ہوں۔

تعبیر: یہ خواب آپ کے صدق و امانت کی کیفیت کو واضح کر رہا ہے کہ آپ ان دو خوبیوں سے کسی حد تک خالی ہیں اور اچھے جذبات کی مالک نہیں ہیں حالانکہ اس بد دیانتی کا نتیجہ بھی بوسیدہ اور ناقابل انتفاع ہوتا ہے پھر کیوں ایسے جذبات سے کریم مالک کو ناراض کرنا۔ اس لیے آپ اپنی ان خامیوں کی اصلاح کریں اللہ آپ کو توفیق دے۔ بہشتی زیور کا مطالعہ آپ کے لیے مفید رہے گا۔ واللہ اعلم

پیارا خواب

(نعیم احمد۔سیالکوٹ)

میں نے دیکھا کہ شام کا وقت ہے سورج غروب ہو رہا ہے سمندر کے کنارے ریت پر چلتے ہوئے ایک لڑکی کو دیکھتا ہوں اس نے اپنے جوتے ہاتھ میں پکڑے ہوئے ہیں ایک بیگ بھی ہے اور ہوا کی وجہ سے اس کے بال اڑ رہے ہیں لیکن شکل نہ دیکھ سکا۔

تعبیر: آپ نے بہت پیارا خواب دیکھا ہے جس میں اس طرف اشارہ ہے کہ جس لڑکی سے آپ کی شادی ہوگی وہ انشاءاللہ مالدار اور نہایت خدمت گزار ہوگی اس سے آپ کو راحت پہنچے گی اس لیے دو رکعات نماز شکرانہ ادا کر کے صدقہ دیں۔ واللہ اعلم

مردانہ ہارمونز کے زندگیوں پر مختلف اثرات

(انتخاب: غلام حیدر، چنیوٹ)

اینڈریو سیلی وان نے عضلاتی گوشت میں ۹ کلوگرام اضافہ کرلیا ہے۔ وہ ہر دو ہفتے بعد ٹیسٹوسٹیرون کا ٹیکا لگاتے ہیں اور اس کی وجہ سے خود کو ترو تازہ، زیادہ توانا، پراعتماد، زیادہ جھگڑالو اور جنسی اعتبار سے بہت قوی محسوس کرتے ہیں۔

مردانہ جنسی وجسمانی توانائی کے سلسلے میں مردانہ ہارمون ٹیسٹوسٹیرون کا بڑا شہرہ ہے۔ یہ ہارمون مردانہ انداز حیات و خصوصیات کا اصل ذریعہ قرار دیا جاتا ہے۔ اسی کے بل بوتے پر مرد چیلنجوں کا سامنا کرتا ہے، دوڑتا بھاگتا اور دوسروں پر چھا جانے کی کوشش کرتا ہے۔ جسم میں اس کی مقدار صحیح ہو تو اس کی مردانہ صلاحیت بنی رہتی ہے اور جن مردوں میں اس کی کمی ہوتی ہے ان کی یہ صلاحیت اور کارکردگی درست نہیں ہوتی۔ جو لوگ ورزش کے ذریعے سے اپنے عضلات میں خاصا اضافہ کرنا چاہتے ہیں، ٹیسٹوسٹیرون ہارمون کا غیر محتاط اور غیر قانونی استعمال کرتے ہیں۔ بڑی عمر میں ایک فعال جنسی زندگی گزارنیوالے بھی اس ہارمون کا استعمال کرکے زندگی کے مزے لوٹ رہے ہیں۔ لیکن ظاہر ہے کہ یہ غیر فطری طریقہ ان کی صحت و جان کے لیے نہایت مضر اور تباہ کن ہوتا ہے۔

ٹیسٹوسٹیرون خصیوں میں تیار ہوتا ہے اور ۱۵ سے ۳۰ سال کی عمر میں اس کی تیاری عروج پر رہتی ہے۔ مردانہ جسم میں یہ کئی سرگرمیوں اور تبدیلیوں کا سبب قرار دیا جاتا ہے۔ مثلاً اس کی وجہ سے دماغی کارکردگی اور ارتکاز ذہن کی صلاحیت بڑھتی ہے اور یادداشت کی بہتری بھی اس کا نتیجہ قرار دی جاتی ہے۔ جنسی خواہش مستحکم رہتی ہے، آواز بھاری ہوتی اور بلوغت کا عمل تیزی سے مکمل ہوتا ہے۔ بال مختلف مقامات پر اگتے بڑھتے ہیں، عضلات میں اضافہ ہوتا ہے، جسم میں چربی کم ہوتی ہے، مردانہ اعضا صحیح طور پر نمو پاتے ہیں اور ہڈیاں ٹھیک طور پر بڑھتی اور موٹی ہوتی ہیں۔

۱۹۳۵ء میں اسکی ان صلاحیتوں کی دریافت کے بعد اس کے استعمال میں اضافہ ہو رہا ہے اور ابھی اسے جسم میں بذریعہ انجکشن داخل کرنے کا طریقہ زیادہ عام ہے۔ اندازہ یہ ہے کہ ۴۰ لاکھ امریکیوں کے جسم میں اس کی سطح کم ہے جس کے لیے ان کی اکثریت ایک یا تین ہفتوں کے بعد خود انجکشن لگا کر اس کی کمی پوری کرتی ہے، لیکن اس کی وجہ سے ان کے جسم میں کئی اہم تبدیلیاں بھی رونما ہوتی ہیں مثلاً توانائی میں یکایک اضافہ ہو جاتا ہے، جذباتی اور جسمانی لحاظ سے وہ عدم اعتدال کا شکار رہتے ہیں۔ ابتدائی دنوں میں جنسی توانائی سر چڑھ کر بولتی ہے اور پھر بعد میں تھکن اور پستی انہیں آ گھیرتی ہے۔ اس کا نسبتاً بہتر علاج ٹیسٹوسٹیرون کی چپکنے والی پٹیوں کی صورت میں برآمد ہوا جنہیں خصیوں کی تھیلی پر چپکا دیا جاتا ہے۔ یہ اتنا آسان کام نہیں ہے۔ چپکنے کے بعد یہ ہارمون یکساں رفتار سے جسم میں جذب ہوتا رہتا ہے، لیکن مختلف وجوہ سے یہ طریقہ کچھ زیادہ مقبول نہیں ہوا، اس لیے اب مریضوں کی سہولت کے لیے اس کا مرہم تیار کیا گیا ہے جو ''ٹیسٹوسٹیرون جیل'' کہلاتا ہے۔ اسے دن میں صرف ایک دفعہ جسم میں جذب کرنا کافی ہوگا اور اس طرح جسم میں اس ہارمون کی سطح برقرار رہ سکتی ہے۔ چوں کہ ۳۰ سال کے بعد جسم میں اس کی تیاری کا سلسلہ سست پڑنے لگتا ہے، اس جیل کے استعمال سے یہ کمی پوری کی جاسکتی ہے۔

آپ پڑھ چکے ہیں کہ اس ہارمون کی وجہ سے جسم میں عضلات خوب بنتے ہیں، لیکن اس کی وجہ سے جگر کو نقصان بھی پہنچ سکتا ہے اور آگے چل کر اس سے مثانے کے غدود کا سرطان بھی لاحق ہوسکتا ہے۔ اس ہارمون کے استعمال سے اس بات کے امکانات ہیں کہ مستقبل میں کم از کم خوش حال معاشروں میں دو قسم کے لوگ ہوں گے: ایک وہ جو بڑھاپے کو قبول کرلیں گے، دوسرے وہ جو اس کے بل پر ڈنڈے بجاتے اور اینڈتے پھریں گے۔ یہ امکانات اور اس کے نقصانات امریکا وغیرہ میں موضوع بحث بنے ہوئے ہیں۔ ویسے اس سے واقع ہونے والی حیاتیاتی تبدیلیاں بہت اہم اور حقیقی ہیں۔ امریکا کے ایک رسالے کے سابق مدیر ۳۶ سالہ اینڈریو سیلی وان کا یہ انکشاف کچھ کم حیران کن نہیں ہے کہ دو سال کے عرصے میں انہوں نے اس ہارمون کے ذریعے سے اپنے عضلاتی گوشت میں ۹ کلوگرام اضافہ کرلیا ہے۔ وہ ہر دو ہفتے بعد اس کا ٹیکا لگاتے ہیں اور اس کی وجہ سے خود کو ترو تازہ، زیادہ توانا، پراعتماد، زیادہ جھگڑالو اور جنسی اعتبار سے بہت قوی محسوس کرتے ہیں۔ اس کے برخلاف خواتین میں چوں کہ اس ہارمون کی سطح کم رہتی ہے۔ خواتین میں یہ ہارمون ایڈرینل گلینڈ اور بیضہ دانیوں (اوو ریز) میں بنتا ہے۔ مرد کے جسم میں یہ زیادہ تیار ہوتا ہے یعنی پلازما کے فی ڈیسی میٹر میں (۲۶۰ سے ۱۰۰۰) نینوگرام جب کہ خواتین میں یہ مقدار ۱۵ سے ۷۰ ہوتی ہے، لیکن اس معاملے میں سب مرد یکساں نہیں ہوتے۔ بعض کے بدن میں یہ ہارمون زیادہ جذب و شامل ہوتا ہے اور بعض میں کم۔ اس کے باوجود ایک اوسط مرد کی جنسی تحریک اور قوت کے لیے یہ کم مقدار بھی کافی ہوتا ہے۔ ایک صحت مند انسان میں اس کی مقدار سب سے زیادہ صبح ۸ بجے اور رات سونے سے پہلے نصف رہتی ہے۔ ٹیسٹوسٹیرون ہی ماں کے پیٹ میں جنین کو لڑکا بناتا ہے۔ استقرار حمل کے ابتدائی ہفتوں میں تمام جنین بے جنس ہوتے ہیں۔ اس کے بعد مرد کا کروموسوم وائی (Y) جنین میں مختلف قسم کے پیچیدہ اشاروں کا سبب بن کر ٹیسٹوسٹیرون میں اضافے کا ذریعہ بن جاتا ہے اور مردانہ عضو اور خصیوں کی تشکیل کا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے اور پھر خود اس لڑکے میں بلوغت کا آغاز اسی ہارمون کا نتیجہ ہوتا ہے۔ لڑکوں کے خون میں اس کی مقدار بڑھ کر ۲۰۰۰ نینوگرام تک پہنچ سکتی ہے۔

غیر محتاط استعمال: اس ہارمون کے غیر محتاط استعمال کا ایک امکان ان لوگوں میں زیادہ ہوتا ہے جو ورزش کے ذریعے سے اپنے عضلات میں اضافے کے لیے اس کا استعمال کرتے ہیں، اس لیے مذکورہ ٹیسٹوسٹیرون جیل کے چوری چھپے خرید و فروخت کا خطرہ بھی ہے۔ اس کی کثرت سے کیل مہاسے ہی زیادہ نہیں نکلتے بلکہ نوعمری کے اس زمانے میں ان کی ہڈیوں کی بڑھوتری بھی رک سکتی ہے۔ بوڑھوں میں اس کے استعمال سے ضروری نہیں کہ وہ مثانے کے غدود کے سرطان میں مبتلا ہو جائیں، لیکن یہ بات ضرور طے ہے کہ ایسے افراد میں کسی بھی قسم کی رسولی اس ہارمون کی وجہ سے سرطان کا روپ دھار سکتی ہے۔ اس کا استعمال ان لوگوں میں بھی زیادہ ہوسکتا ہے کہ جو بڑی عمر میں بچے پیدا کرنے کے خواہاں ہوتے ہیں۔ بھرپور جنسی زندگی گزار کر جنسی اعتبار سے غیر سرگرم ہو جانے والے بڑی عمر کے افراد بھی اس کے ٹیکے لگا کر دوبارہ جوانی کے مزے لوٹ رہے ہیں۔ ویسے بھی ہر شخص چاہتا ہے کہ وہ خود کو بیس تیس سال کے نوجوان کی طرح محسوس کرے۔ بعض محققین مردانہ سن یاس کے سلسلے میں بھی مصروف تحقیق ہیں۔ بڑی عمر میں جسمانی تبدیلیوں کے علاوہ تھکن، پستی اور جنسی توانائی میں کمی رونما ہوتی ہے اور انہیں ٹیسٹوسٹیرون کی سطح میں کمی ہی کا نتیجہ قرار دیا جاتا ہے

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

یا اللہ ہمیں جہنم سے نجات دے

ہم میں ایک بڑی تعداد ان لوگوں کی بھی ہے جو معمول کے مطابق سوتی ہے تو ہمیشہ کے لیے سو جاتی ہے اوران کی یہ عارضی موت حقیقی میں بدل جاتی ہے

(سید سلیمان ندوی)

اگر کوئی شخص ایسی حالت میں پہنچ جائے کہ اس کو اپنی موت سامنے نظر آ رہی ہو اور موت کا فرشتہ اس سے کہہ رہا ہو کہ اللہ کی طرف سے تمہیں اس وقت صرف ایک ہی دعا مانگنے کی گنجائش ہے اور وہ بھی صرف ایک مختصر جملے میں۔ تو ظاہر بات ہے کہ مرنے والا اگر مسلمان ہوگا تو اس کی تمام دعاؤں کا خلاصہ، تمناؤں کا محور اور زندگی بھر کی آرزوؤں کا لب لباب یہی ہوگا کہ اللہ اس کو جہنم سے نجات دے اور اس کو آگ سے محفوظ رکھے، صرف اس لیے کہ جہنم سے خلاصی میں جنت کا حصول بھی ہے اور اللہ کی رضا بھی اس کی ناراضگی سے بچاؤ بھی ہے اور اس کے غضب وغصہ سے حفاظت بھی، قبر کے عذاب سے نجات بھی ہے اور منکر نکیر کے سوالات کی سختی سے چھٹکارا بھی، نامہ اعمال کے دائیں ہاتھ میں ملنے کا یقین بھی ہے اور پل صراط پر تیزی سے گذرنے کا وعدہ بھی۔

حدیث کی روشنی میں کسی بھی انسان کا نیند کی حالت میں پہنچنا اور سونا دراصل ایک طرح کا مرنا ہی ہے، یہ الگ بات ہے کہ اس عارضی موت کے منہ میں انسان جا کر بالعموم واپس آ تا ہے لیکن ہم میں ایک بڑی تعداد ان لوگوں کی بھی ہے جو معمول کے مطابق سوتی ہے تو ہمیشہ کے لیے سو جاتی ہے اور ان کی یہ عارضی موت حقیقی موت میں بدل جاتی ہے۔ ہم میں سے کس کو یقین ہے کہ آج اس کی بستر پر معمول کے مطابق اختیار کی جانے والی یہ عارضی موت حقیقی موت میں نہیں بدل جائے گی۔ روز ہمیں نظر آنے والے اس طرح کے واقعات کی روشنی میں جب اس کا بھرپور امکان ہمارے لیے بھی ہے تو پھر ہم کیوں نہ اللہ سے یہ التجا کرتے ہوئے سو جائیں کہ اے اللہ اگر تیرا فیصلہ ہمارے لیے اس عارضی موت یعنی نیند کو آج حقیقی موت میں بدلنے کا ہے تو ہمیں جہنم کی آگ سے بچا۔ جس سونے کے بعد ہمیں پھر حساب کتاب کے لیے ہی اپنے بستروں اور قبروں سے اٹھنا ہے۔

اب سوال یہ ہے کہ ہم میں سے کتنے ہیں جو اس حقیقت کو جانتے اور روزانہ اس طرح کے مناظر اور سونے کے بعد مرنے اور دوبارہ زندہ نہ ہونے کے واقعات دیکھنے اور سننے کے باوجود سوتے وقت اللہ سے جہنم سے پناہ مانگتے ہوئے آنکھ بند کرتے ہیں اور اپنے بستروں پر لیٹ جاتے ہیں۔ ہم کو چاہیے کہ اپنی مادری زبان میں یہ دعا نہ کریں لیکن کم از کم رحمت عالم ﷺ کے تعلیم کردہ اس چھوٹے سے دعائیہ جملے کو تو دہرا سکتے ہیں جس میں سوتے وقت کی دعا میں ان ہی مذکورہ بالا باتوں کی تاکید کے ساتھ جہنم سے پناہ مانگنے کی بات کہی گئی ہے کہ اے اللہ جس دن تو اپنے تمام بندوں کو دوبارہ زندہ کرے گا مجھے اس دن اپنے عذاب سے بچا۔ **اَللّٰھُمَّ قِنِیْ عَذَابَکَ یَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَکَ**۔ اسی طرح مسنون دعا کے طور پر یہ بھی کہے کہ اے اللہ میرا سونا یعنی زندہ رہنا بھی تیری اجازت سے اور میرا مرنا بھی تیری ہی اجازت سے۔ **"اَللّٰھُمَّ بِاسْمِکَ اَمُوْتُ وَاَحْیَا"** تاکہ اللہ تعالیٰ کی ان دو اہم صفتوں یعنی پیدا کرنے اور موت دینے کے تنہا اختیارات کا استحضار ہو جائے۔

کلونجی سے دودھ کی فراوانی (نور الٰہی مغل۔ میرپور سندھ)

عبقری میں راشدہ بہن کا دودھ کا مسئلہ پڑھ کر یہ تحریر کر رہا ہوں۔ اللہ تعالیٰ نے مجھے خوبصورت چاند سا بیٹا عطا فرمایا لیکن شروع سے ہی دودھ کی کمی کا مسئلہ تھا ڈاکٹروں کو بھی دکھایا اور دیگر کئی ٹوٹکے آزمائے لیکن نتیجہ صفر رہا۔ بچے کا پیٹ بھرتا ہی نہیں تھا اور بازار والا دودھ لگوانے میں گھر والے خوش نہ تھے خاص طور پر میری والدہ محترمہ۔ پھر اچانک ایک دن میں نے اپنی محسن کتاب کلونجی کے کرشمات پڑھی جس کے شروع ہی میں محترم حکیم طارق چغتائی صاحب نے ماں میں دودھ کی کمی کا ایک واقعہ تحریر کیا ہوا ہے۔ ہم نے اللہ کا نام لیکر سات دانے کلونجی، دودھ کے ساتھ نہار منہ اور پھر رات کو سوتے وقت 7 دانے کلونجی دودھ سے دینا شروع کیا۔ بس پھر کیا تھا تیسرے دن سے دودھ کی فراوانی شروع ہوگئی۔ صرف سات دن یہ نسخہ استعمال کیا ہے اور اس کے بعد آج تک دودھ کا مسئلہ نہیں ہوا۔ بچہ دن ہو یا رات پیٹ بھر کر ماں کا دودھ پیتا ہے۔ اس طرح ''کلونجی کے کرشمات کتاب'' ہماری محسن کتاب اور حکیم طارق صاحب ہمارے محسن بن گئے۔ دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ انہیں اس خدمت خلق کے ذریعے دنیا و آخرت میں کامیابی عطا فرمائیں۔

حکومت وسلطنت کی حقیقت

ہارون الرشید کی حکومت بھی کوئی حکومت ہے کہ سپاہیوں کے بغیر ایک شخص بھی حاضر نہیں ہوسکتا

ایک دن ابن سماک ہارون الرشید کے پاس بیٹھے تھے۔ ابن سماک نے پوچھا کہ اگر آپ کو پیاس لگے اور پانی نہ ملے تو شدت طلب میں آپ پانی کا ایک پیالہ کس قیمت پر خریدیں گے؟ ہارون الرشید نے کہا ''آدھی سلطنت دے کر لے لوں گا'' ابن سماک نے پھر پوچھا ''اگر پانی آپ کے پیٹ میں رہ جائے اور باہر نہ نکلے تو آپ اسے نکلوانے کے لئے کتنی رقم خرچ کریں گے؟''

خلیفہ نے کہا ''تمام سلطنت دے دوں گا'' ابن سماک نے کہا ''بس یہ سمجھ لیجئے کہ آپ کا تمام ملک ایک گھونٹ پانی اور پیشاب کے چند قطروں کی قیمت رکھتا ہے۔ جب اس کی حقیقت اتنی سی ہے تو اس حکومت پر کبھی تکبر نہ کیجئے اور جہاں تک ہو سکے نیک کام کر کے خدا اور اس کے بندوں کو راضی کیجئے''

یہ سن کر ہارون الرشید اٹھ کھڑے ہوئے وضو کیا۔ خدا کے حضور سجدہ ریز ہوگئے اور دیر تک روتے رہے۔

عبداللہ بن مبارکؒ کا استقبال

عبداللہ بن مبارک ہارون الرشید کے زمانے میں بڑے فقیہ اور حدیث میں ثقہ مانے جاتے تھے۔ زہد وریاضت اور علم وفضل میں یگانہ تھے۔ عام وخاص میں وہ مقبولیت حاصل کی کہ کسی بادشاہ کو نصیب نہ ہوئی۔ ایک دفعہ رقہ گئے۔ اہل رقہ کو آپ کی تشریف آوری کا علم ہوا تو جوق در جوق زیارت کیلئے حاضر ہونے لگے۔ دیکھتے ہی دیکھتے چاروں طرف افراد کا ہجوم ہوگیا۔

ان دنوں عباسی خلیفہ ہارون الرشید بھی رقہ آئے ہوئے تھے اور ان کی ملکہ زبیدہ بھی ساتھ تھیں۔ ملکہ نے عبداللہ بن مبارک کا ایسا شاندار استقبال اور اتنی مقبولیت دیکھ کر پوچھا۔ ''یہ کون ہیں؟'' لوگوں نے بتایا کہ یہ خراسان کے مشہور عالم دین عبداللہ بن مبارک ہیں۔ ملکہ بولی ''درحقیقت سلطنت اس کا نام ہے کہ لوگ خود بخود زیارت کو ٹوٹے پڑتے ہیں۔ ہارون الرشید کی حکومت بھی کوئی حکومت ہے کہ سپاہیوں کے بغیر ایک شخص بھی حاضر نہیں ہوسکتا۔''

قے سے نجات: زیادہ قے آتی ہو تو سفید زیرہ ذرا سی چینی میں ملا کر تھوڑے سے پانی میں گھول کر پی لیں۔ اس سے کافی فائدہ حاصل ہوگا

ذہن مفلوج ہوگیا * سکون درہم برہم ہوگیا * سات سال سے اولاد نہیں * نظر بد کے اثرات

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

ذہن مفلوج ہوگیا

(طاہر عزیز۔ کراچی)

بچپن سے ذہنی مسائل میں گرفتار ہوں جس کی بڑی وجہ گھر میں آئے دن کے جھگڑے ہیں، یہ تنازعات اور جھگڑے کسی طرح ختم ہونے کا نام نہیں لیتے، ان حالات کی وجہ سے میرا ذہن مفلوج ہو کر رہ گیا ہے اور کوئی بات ذہن میں داخل نہیں ہوتی، آئے دن بیماریوں میں گرفتار رہتا ہوں، کوئی ایسا عمل یا طریقہ بتا دیں کہ اپنی کمزوریوں کو دور کرنے میں کامیاب ہو جاؤں۔

جواب: دنیا میں طرح طرح کے حالات ومعاملات انسان کے ماحول میں وارد ہوتے ہیں، انسان سب کو بدل نہیں سکتا، اس کا مناسب طریقہ یہ ہے کہ خود کو بچائے اور ان کے اثرات سے دور رکھے، روزانہ رات کو سونے سے پہلے گیارہ بار **"یَا حَفِیْظُ یَا حَفِیْظُ یَا حَفِیْظُ یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ"** پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ پورے چہرے پر پھیر لیں اس طرح تین یا پانچ بار پڑھ کر ہاتھ پھیرے جائیں، نماز فجر کے بعد خالی الذہن ہو کر دس پندرہ منٹ چہل قدمی کریں اور **"یَا رَحِیْمُ"** کا ورد کیا کریں، ان شاء اللہ ذہنی وجسمانی تحریکات کو فائدہ پہنچے گا۔

اعتماد کی کمی

(س۔ اوکاڑہ)

میٹرک کی طالبہ ہوں اور اعتماد کی سخت کمی ہے، کسی سے واضح طور پر اور کھل کر بات نہیں کر سکتی، اپنی غلطی سے ڈرتی ہوں کہ کہیں کوئی خطا ہو گئی تو کیا ہوگا، گھر کے حالات بہت خراب ہیں، والد شراب نوشی کی لعنت میں گرفتار ہیں اور گھر آ کر والدہ کو زد وکوب کرتے ہیں، شک کرنا ان کی عادت ہے، گھر کے حالات خصوصاً والد کے برتاؤ سے بھائی گھر سے متنفر ہو چکا ہے، گزشتہ سال ایف ایس سی کے امتحان میں ناکام ہو گیا تھا، میں بھی پڑھائی میں کمزور ہوں، پڑھنے بیٹھتی ہوں تو دماغ ساتھ نہیں دیتا، خاندان میں بہت سے لوگ تعلیم یافتہ ہیں لیکن ہمارا گھر پیچھے ہے، حالات نے ذہن کو سخت الجھا کر رکھ دیا ہے۔

جواب: پورے ماحول کو بدلنا آپ کے لیے مشکل ہے البتہ خود کو کنٹرول کرنا اور ذہنی انتشار سے بچانا کسی نہ کسی حد میں آپ کے لیے ممکن ہے۔ ذہنی تحریکات پر کنٹرول اور یکسوئی کے لیے روزانہ رات کو سونے سے پہلے یہ عمل کریں۔ آنکھیں بند کر کے لیٹ جائیں، تصور کریں کہ شیشے کا ایک گول کمرہ ہے جس کے اندر آپ موجود ہیں، اس کمرے کی دیواروں سے رنگ برنگی روشنیاں نکل کر آپ کے اندر جذب ہو رہی ہیں، دس منٹ کے تصور کے بعد سو جائیں، نماز فجر کے بعد ایک سو ایک بار **"یَا رَبِّ الرَّحِیْمُ"** پانی پر دم کر کے پی لیا کریں۔

نظر بد کے اثرات

(سلطان محمود۔ ایبٹ آباد)

ایک سوال اور ایک مسئلہ تحریر کر رہا ہوں، آیت کریمہ یا آیت مبارکہ سے کون سی آیت مراد ہیں، ایک تسبیح سے کتنے دانوں والی تسبیح مراد ہے، میرا مسئلہ یہ ہے کہ گزشتہ چھ ماہ سے بائیں گھٹنے میں درد ہے، چلتا ہوں تو درد کی شدت سے لنگڑا کر چلنا پڑتا ہے، بیٹھا رہوں تو درد کی شدت نہیں ہوتی، ہر طرح کے علاج کرا چکا ہوں، مجھے شبہ ہے کہ کسی کی نظر لگ گئی ہے، میں صبح سویرے سیر کو جاتا تھا، میری صحت عمر کی مناسبت سے بہت اچھی ہے، راستے میں ایک جگہ کچھ لوگ مجھے غور سے دیکھتے تھے جو یقیناً یہ سوچتے تھے کہ اس عمر میں میرے صحت اور چال بہت اچھی ہے۔ یہ تو میرا خیال ہے لیکن نظر لگنا بھی برحق ہے، آپ نظر کے لیے کوئی تدبیر بتائیں۔

جواب: قرآن پاک کی آیت کے تذکرے میں تعظیماً آخر میں مبارکہ لکھ دیا جاتا ہے اور بعض لوگ کریمہ بھی لکھ دیتے ہیں، اس سے کوئی مخصوص آیت مراد نہیں ہے لیکن جب آیت کریمہ لکھا جاتا ہے تو اس سے مراد **"لَا اِلٰـهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ"** ہوتی ہے۔ یعنی وہ دعا جو حضرت یونسؑ نے پڑھی تھی۔ ایک تسبیح سے مراد سو کی تعداد ہے، بڑھتی ہوئی عمر میں ہڈیوں اور جوڑوں کی بعض شکایات ہو جاتی ہیں، آپ اسے نظر کا شاخسانہ قرار نہ دیں، ضرورت سے زائد وزن اور حرکت سے بھی جوڑ آپس میں ٹکراتے ہیں، آپ کسی مستند معالج کے مشورے پر عمل کریں، مقام درد پر روزانہ وضو کر کے انگشت شہادت سے اسم ذات اللہ ایک بار لکھ کر دم کر دیا کریں نیز سورۂ فلق صبح وشام ایک بار پانی پر دم کر کے چالیس دن تک پی لیں۔

سکون درہم برہم ہوگیا

(مسز قمر۔۔۔ اسلام آباد)

آج سے چار سال قبل میرا آپریشن ہوا جس کی وجہ مخصوص مسائل تھے جو خواتین سے متعلق ہوتے ہیں، آپریشن کے بعد میرے ہارمونز کے نظام میں خلل واقع ہو گیا، جسم میں آگ سی محسوس ہوتی ہے، گھبراہٹ، خوف، بے چینی اور وہم گھیرے رکھتے ہیں، سکون درہم برہم ہو گیا ہے، جسم بے جان محسوس ہوتا ہے، اعصابی کمزوری بڑھ گئی ہے، یہ کیفیات پندرہ پندرہ دنوں سے کم یا زیادہ ہوتی رہتی ہیں۔ دوسرا مسئلہ بیٹے کا ہے، بس کی عمر تیرہ سال ہے، اچانک اس کی سر درد کی وجہ سے بینائی کمزور ہو گئی ہے اور نظر کی کمزوری کا منفی 2.5 نمبر ہو گیا ہے، بینائی کے بہتر ہونے کے لیے مشورہ دیں۔

جواب: **"یَا اَللّٰهُ، یَا رَحِیْمُ، یَا مُرِیْدُ، یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ"** ان اسمائے الٰہی کو روزانہ صبح وشام چھیاسٹھ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کریں اور پانی پی لیا کریں، کم از کم تین ماہ تک مستقلاً اس معمول پر عمل پیرا رہیں، رات کو سونے کے لیے لیٹیں تو آنکھیں بند کر

کے تصور کریں کہ آپ پانی کے ایک حوض میں ڈوبی ہوئی ہیں، یہ تصور پانچ منٹ کیا جائے، بیٹے کی بینائی کے لیے کئی باتوں پر عمل کریں، غذا متوازن استعمال کرائیں جس میں ہرے پتوں کی سبزیاں، گاجر اور وٹامن اے وغیرہ شامل ہو اس کے ساتھ ساتھ بیٹے سے کہیں کہ وہ سورج نکلنے سے پہلے نمودار ہونے والی روشنی کو پانچ منٹ تک دیکھے اور ساتھ میں چند بار سورۂ اخلاص پڑھ لیا کرے، رات کو سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے چند منٹ یہ تصور کرے کہ وہ شیشے کے ایک کمرے میں موجود ہے۔

ذہانت کی کمی

(خرم شہزاد......حیدرآباد)

میری عمر کے لڑکے تیز و طرار ہیں لیکن میرا ذہن کام نہیں کرتا، میں کسی کو جواب دے سکتا ہوں اور نہ کسی سے اپنی بات منوا سکتا ہوں، بات کرنا ہو تو الفاظ گڈ مڈ ہو جاتے ہیں، آواز بہت ہلکی نکلتی ہے، ذہانت کی کمی محسوس کرتا ہوں، کسی کے سامنے نہیں جاتا، گھبراہٹ میں دوسروں کی بات فوراً مان لیتا ہوں اور نقصان بھی اٹھا چکا ہوں۔

جواب: روزانہ رات کو اندھیرے میں بیٹھ کر ایک نقطے پر نگاہیں جمائیں اور اندازاً دس سے پندرہ منٹ تک "**یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ**" کا ورد کرتے رہیں، اس عمل کو کم از کم تین ماہ تک کیا جائے، ان شاء اللہ ذہن و اعصاب میں ٹھہراؤ اور قوت پیدا ہوگی اور مذکورہ مشکلات پر قابو پالیں گے۔

صلاحیتیں ختم ہوگئی ہیں

(سونیا منیر۔۔۔لاہور)

میں بی ایس سی کی طالبہ ہوں لیکن کوشش کے باوجود اپنی تعلیم پر توجہ دینے سے قاصر ہوں، پڑھنے کو دل نہیں چاہتا اور پڑھنے کی کوشش کروں تو نیند آنے لگتی ہے، ہر قسم کے مطالعے سے یہی حال ہو جاتا ہے، سر، کندھوں اور کمر میں درد ہوتا ہے، آنکھوں سے اکثر پانی رواں ہوتا ہے اور نزلہ لاحق ہو جاتا ہے، اکثر چکر سے آتے محسوس ہوتے ہیں، دل چاہتا ہے کہ بستر پر پڑی رہوں، ذرا سی ناکامی یا پریشانی حد درجہ مایوس کر دیتی ہے، مختصر یہ کہ میری صلاحیتیں مفلوج ہو کر رہ گئی ہیں۔

جواب: آپ اعصابی کمزوری میں مبتلا ہیں، مسلسل زکام رہنے سے بھی ذہنی کارکردگی سست پڑ جاتی ہے، ان کمزوریوں اور تکالیف کا مناسب علاج کرائیں، علی الصبح خالی پیٹ سانس کا عمل کیا کریں، آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آہستگی سے سانس اندر لیں اور جب سانس پورا ہو جائے تو ایک بار "**یَا رَحِیْمُ**" پڑھ کر اسی طرح باہر نکال دیں، یہ عمل کم از کم دس منٹ کیا جائے بعد ازاں پانی میں "**الٓمّٓ o تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ** (سورۃ یوسف آیت نمبر2) **اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَااللّٰہُ یَا حَفِیْظُ**" اکتالیس بار دم کر کے پی لیا کریں۔

سات سال سے اولاد نہیں

(عبدالحمید۔۔سیالکوٹ)

شادی کو سات برس ہو گئے ہیں لیکن اولاد کی امید پیدا نہیں ہوئی ہے، میری اور بیوی کی طبی رپورٹیں ٹھیک ہیں پھر بھی مایوسی کا سامنا ہے، کوئی دعا و اسم ایسا بتا دیں کہ جس کے وسیلے سے بارگاہ الٰہی میں عرض کروں، محفل مراقبہ میں بھی دعا کرا دیں۔

جواب: نماز عشاء کے بعد "**بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ، اِقْرَاْ بِاسْمِ رَبِّکَ الَّذِیْ خَلَقَ o خَلَقَ الْاِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ o** (سورۃ علق آیت نمبر 1،2) **الٓمّٓ تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ o** (سورۃ یوسف آیت نمبر2)" سو مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے نوے روز تک پوری استقامت کے ساتھ خود بھی پئیں اور اپنی بیوی کو بھی پلائیں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اپنے اسماء کے وسیلے سے آپ پر فضل و کرم فرمائیں۔

ویران زندگی

(ارم خان۔۔۔لاہور)

بی ایس سی کی طالبہ ہوں، مجھے اپنی کم مائیگی کا احساس رہتا ہے۔ کالج میں کسی سے بات کرتی ہوں تو الفاظ بخوبی منہ سے نہیں نکلتے۔ کالج کی لڑکیوں کو دیکھ کر یوں لگتا ہے مجھ میں کوئی خوبی نہیں اور ساری لڑکیاں مجھ سے بہتر اور اچھی ہیں۔ اپنے اوپر اعتماد ختم ہوتا جا رہا ہے۔ لوگ مجھے معصوم اور ڈرپوک کہتے ہیں۔ میرا دل پڑھائی سے ہٹتا جا رہا ہے کبھی یوں لگتا ہے کہ اللہ و رسول ﷺ اور والدین کی محبت میرے اندر سے کم ہوتی جا رہی ہے۔ ان تمام باتوں نے میری زندگی کو تلخ بنا دیا ہے۔

جواب: آپ کے اندر کم مائیگی کا احساس درست نہیں ہے یعنی اس کی حقیقت خیال کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔ رات کو سونے سے پہلے ایک سو ایک بار "**یَا اَللّٰہُ یَا کَرِیْمُ**" پڑھ کر اپنے ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ کم از کم چار ماہ تک یہ عمل کریں۔

تلخ زندگی

(ثریا۔۔رائے ونڈ)

معالجین کا کہنا تھا کہ شادی کے بعد بے اعتدالی دور ہو جائے گی لیکن شادی کے تین سال بعد بھی بے اعتدالی اور درد موجود ہے جس سے ہر ماہ گزرتی ہوں، اولاد سے بھی ہنوز محروم ہوں، زندگی ویران ہوگئی ہے۔

جواب: "**ھُوَ اللّٰہُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَہُ الْاَسْمَآءُ الْحُسْنٰی**" (سورۃ حشر آیت نمبر24) کے اسمائے مبارکہ کو روزانہ صبح و رات کو سو سو بار پانی پر دم کر کے پیا کریں، کسی اچھے اور خصوصی معالج کا علاج بھی جاری رکھیں، انشاء اللہ نتائج جلد ظاہر ہونگے اور اللہ تعالیٰ کا فضل و کرم شامل حال ہوگا۔

بواسیر کا خاتمہ

مجھے خونی بواسیر پچھلے 15/20 سال سے تھی۔ کچھ عرصہ کے بعد موکے بڑے ہونے شروع ہوئے تو آپ کے رسالہ میں پڑھا کہ اندر جو کو پیس کر چھوٹا کھانے کا آدھا چمچ ہر کھانے کے دو گھنٹے بعد کھائیں اور چند ہفتے ضرور استعمال کریں تو بواسیر میں فائدہ ہوتا ہے۔ میں نے پہلی خوراک لی تو صبح موکے غائب تھے میں نے تقریباً ایک ہفتہ اندر جو کو مکمل احتیاط سے کھایا تو مرض بالکل ختم ہو گیا اور اللہ نے مجھے شفاء دی۔ (مرسلہ: محمد مستعان۔ کرک کوہاٹ)

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مخلوقِ خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

موسم گرما میں خربوزہ آپ کا ہمدرد

خربوزے کا متواتر استعمال عام جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے۔گوشت کو گلانے کیلئے اگر خربوزے کے چھلکے تقریباً چھ ماشہ ڈال دیئے جائیں تو گوشت جلدی گل جاتا ہے (انتخاب: محمد اسلم راؤ۔اوکاڑہ)

عربی بطیخ فارسی خربزہ
سندھی گدرو انگریزی Melon

اسکے مختلف رنگ ہوتے ہیں زیادہ تر زردی مائل ہی ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ پھیکا یا شیریں ہوتا ہے۔اس کا مزاج گرم اور تر ہوتا ہے۔اس کی خوراک بقدر ہضم ہے۔

☆ خربوزہ کے فوائد:

(۱) خربوزہ قبض کشا ہے (۲) یہ پتھری توڑتا ہے (۳) خربوزہ پیشاب آور ہوتا ہے (۴) اس کو اگر دو پہر اور شام کے کھانے کے درمیانی وقفہ میں کھایا جائے تو بدن کو موٹا کرتا ہے اور فرحت بخشتا ہے (۵) خربوزہ دودھ بڑھاتا ہے (۶) گردہ و مثانہ کی اصلاح کرتا ہے (۷) اس کے چھلکوں کو رگڑ کر چہرے پر لیپ کرنا رنگ نکھارتا ہے (۸) اس کے چھلکوں کا نمک درد گردہ کی دواؤں میں ڈالا جاتا ہے (۹) خربوزہ کے بیجوں کے تخم پیشاب آور ادویہ میں استعمال کئے جاتے ہیں۔ (۱۰) مغز تخم خربوزہ جگر کے ورم، گردہ و مثانہ کے ورم کو درست کرتے ہیں (۱۱) قوت باہ مضبوط کرنے کیلئے مغز تخم خربوزہ ایک تولہ ہمراہ ایک پاؤ دودھ رگڑ کر صبح نہار منہ پینا مفید ہوتا ہے۔ (۱۲) یرقان اور جلندر کو بے حد مفید ہوتا ہے

(۱۳) خربوزے کو نہار منہ استعمال نہیں کرنا چاہیے ورنہ صفراوی بخار لاتا ہے (۱۴) مغز تخم خربوزہ طبیعت کو نرم کرتا ہے (۱۵) خربوزہ کے چھلکے کا آنکھوں پر ضماد (لیپ کرنا) آنکھوں کی سرخی کو دور کرتا ہے (۱۶) خربوزہ بدن میں فاضل تیزابی مادوں کو پیشاب اور پسینے کے راستے خارج کرتا ہے (۱۷) کھٹے ڈکار آتے ہوں، تیزابیت کی زیادتی کی وجہ سے منہ میں چھالے ہوں سینے میں جلن ہوتی ہو تو خربوزے کا کھانا انتہائی مفید ہوتا ہے (۱۸) خربوزے کا متواتر استعمال عام جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے (۱۹) یرقان، بلڈ پریشر اور استسقاء میں بہت فائدہ دیتا ہے (۲۰) عورتوں کے ایام میں کمی اور بے قاعدگی میں خربوزہ کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے (۲۱) خربوزہ میں وٹامن اے، بی، کے ساتھ ساتھ فاسفورس، کیلشیم، پوٹاشیم، تانبہ، گلوکوز اور خاص طور پر وٹامن ڈی کثرت سے پایا جاتا ہے جو انسانی صحت کیلئے انتہائی ضروری ہوتا ہے (۲۲) خربوزہ کا مسلسل استعمال پیٹ کی بیماریوں سے محفوظ رکھتا ہے (۲۳) بعض اطباء کا کہنا ہے کہ اگر حاملہ عورت آدھ پاؤ خربوزہ مسلسل کھائے تو لڑکا تندرست اور خوبصورت پیدا ہوتا ہے (۲۴) خربوزہ معدہ، آنتوں اور غذا کی نالی کی خشکی دور کر کے ان میں رکے ہوئے زہریلے فضلات کو خارج کرتا ہے (۲۵) ملیٹن ہونے کی وجہ سے جوڑوں کے درد میں بھی خربوزے کا استعمال مفید پایا گیا ہے (۲۶) درد گردہ کی صورت میں خربوزے کے خشک چھلکے ایک تولہ، عرق گلاب تین چھٹانک میں جوش دے کر چھان کر تین ماشہ نمک سیاہ ملا کر پلانے سے فوری آرام آجاتا ہے (۲۷) گوشت کو گلانے کیلئے اگر خربوزے کے چھلکے تقریباً چھ ماشہ ڈال دیئے جائیں تو گوشت جلدی گل جاتا ہے (۲۸) چھلکا خربوزہ، دال مونگ اور بیسن ہم وزن رگڑ کر دہی میں ملا کر چہرے پر لیپ کرنا اور ایک گھنٹہ بعد دھونے سے چہرے کے داغ، دھبے اور چھائیاں دور ہو جاتی ہیں اور چہرہ بالکل صاف ہو جاتا ہے (۲۹) مغز تخم خربوزہ ایک چھٹانک اگر پانی میں رگڑ کر گڑ ملا کر چاول پکائے جائیں تو وہ چاول دماغ میں تری پیدا کرتے ہیں اور حافظہ تیز ہوتا ہے (۳۰) جن لوگوں کو قطرہ قطرہ پیشاب آنے کا عارضہ ہو تو خربوزہ کا استعمال انتہائی مفید ہوتا ہے (۳۱) خربوزہ بچوں کے پیٹ کے کیڑے مارنے میں سودمند ثابت ہوتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

جمادی الاولیٰ میں نیکیوں کی برسات

اس مہینے میں نوے ہزار برس کی نیکیاں حاصل کرنے اور نوے ہزار سال کی برائیاں ختم کروانے کا عمل (انتخاب: عبدالستار۔رحیم یار خان)

شب اول کے نوافل: جواہر غیبی میں لکھا ہے کہ جو شخص اس مہینہ کی پہلی رات میں چار رکعت ادا کرے اور ہر رکعت میں سورۂ اخلاص گیارہ بار پڑھے۔ اللہ تعالیٰ نوے ہزار برس کی نیکیاں اس کے نامۂ اعمال میں درج کر دیتا ہے اور نوے ہزار سال کی برائیاں اس کے نامۂ اعمال میں سے دور کرتا ہے۔

آٹھ رکعت نوافل: جواہر غیبی میں لکھا ہے کہ جمادی الاولیٰ کی پہلی تاریخ کی شب میں نماز مغرب کے بعد آٹھ رکعت نفل پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص گیارہ بار پڑھے۔ یہ نماز بہت افضل ہے اور اسکے پڑھنے سے انشاء اللہ بے شمار عبادت کا ثواب پاک پروردگار کی طرف سے عطا کیا جائے گا۔

بیس رکعت نوافل: پہلی تاریخ کو بعد نماز عشاء بیس رکعت نماز دس سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ اخلاص ایک ایک بار پڑھے بعد سلام کے ایک سو مرتبہ درود شریف پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کی برکت سے اللہ تعالیٰ اسے بے شمار نمازوں کا ثواب عطا کرے گا۔

تین دن کے نفلی روزے: اس مہینے کی (بلکہ ہر مہینہ کی) تیرہ، چودہ، پندرہ تاریخوں میں حضور اکرم ﷺ نفلی روزے رکھا کرتے تھے۔

دوسروں سے بھلائی کا وظیفہ: دوسروں کی بھلائی اور بہتری چاہنے کے لیے یہ وظیفہ بہت عمدہ ہے۔ لہٰذا اس وظیفہ کو پورا جمادی الاولیٰ بعد نماز مغرب ۱۰۰ مرتبہ پڑھنا چاہئے۔ بعد ازاں نماز مغرب کے بعد سات مرتبہ اسے پڑھنے کا ہمیشہ معمول بنالے تو اسے دین و دنیا میں بھلائی حاصل ہوگی۔

رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَیْءٍ رَّحْمَةً وَّ عِلْمًا فَاغْفِرْ لِلَّذِیْنَ تَابُوْا وَاتَّبَعُوْا سَبِیْلَكَ وَقِهِمْ عَذَابَ الْجَحِیْمِ ٥ رَبَّنَا وَاَدْخِلْهُمْ جَنّٰتِ عَدْنِ نِ الَّتِیْ وَعَدْتَّهُمْ وَ مَنْ صَلَحَ مِنْ اٰبَآءِ هِمْ وَاَزْوَاجِهِمْ وَ ذُرِّیّٰتِهِمْ (بقیہ صفحہ نمبر 37)

چھینکیں روکنا آسان: سبز دھنیا سونگھنے سے زیادہ چھینکیں آنا بند ہو جاتی ہیں۔ اس کا پانی نکال کر سونگھنے سے بھی ایسا ہی اثر ہوتا ہے

بچوں کے جوتوں کا انتخاب

کینوس شوز عام طور پر مناسب سائز میں نہیں ملتے یہ یا تو ڈھیلے ہوتے ہیں یا پھر تنگ، لیکن چونکہ ان میں نرمی اور لچک ہوتی ہے اس لیے انہیں بچوں کے لیے خرید لیا جاتا ہے۔ (تحریر: مناظر صدیقی)

بچوں کے پیروں کے لیے عام جوتوں کے بجائے ٹینس یا کینوس کے جوتوں کا رواج عام ہوتا جا رہا ہے۔ ممکن ہے کچھ معالج بھی والدین کو یہ مشورہ دیتے ہوں کہ وہ اپنے بچوں کو عام جوتے پہنانے کے بجائے یہ جوتے پہنائیں۔ ایسے مشوروں سے بچوں کے پیروں کو نقصان پہنچنے کا احتمال بڑھ جاتا ہے۔ امریکا میں طبی اعتبار سے جوتے تجویز کرنے والوں کی انجمن نے اس سلسلے میں ایک اعلامیے کے ذریعہ سے حقیقی صورتِ حال واضح کی ہے۔ اس انجمن کا کہنا ہے کہ بچوں کو کینوس شوز استعمال کرانے کا مشورہ خاص طور پر طبِ اطفال کے ماہرین کی طرف سے دیا جاتا ہے، لیکن اعصابی جراحی کے کچھ ماہرین اور چند ماہرین امراض بھی اس نوعیت کے مشورے دے دیتے ہیں۔ ان میں سے بہت کم ایسے ہوتے ہیں جو بچوں کے مستقل طور پر یہ جوتے استعمال کرانے کے نتائج کے بارے میں تحقیقات کرتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ان کے استعمال سے عام جوتوں کے مقابلے میں بچوں کے پیروں میں گرمی زیادہ لگتی ہے اور پسینہ زیادہ آتا ہے۔ جس کا سب سے بڑا سبب یہ ہوتا ہے کہ عام جوتے کی بہ نسبت ان جوتوں کے اندر پیروں کو رگڑ زیادہ لگتی ہے، ربر سول میں کھنچاؤ زیادہ ہوتا ہے اور یہ اندر سے چپ چپا بھی ہوتا ہے جس کی وجہ سے ربر سول زمین کی سطح سے چپک جاتا ہے ہر قدم پر کینوس شوز زمین سے چپکتا ہے، لیکن اس کے اندر پیر آگے کی طرف کھسکتا ہے۔ یہ اگر قدرے ڈھیلے ہوں تو یہ عمل مزید تیز ہو جاتا ہے۔ دوسری طرف پانچ سے چھ سال کی عمر کا بچہ دن بھر میں تقریباً ۲۰ ہزار قدم اٹھاتا اور رکھتا ہے بچے کے اس عمل کے نتیجے میں ان جوتوں کے اندر اس کے پیروں میں زیادہ گرمی پیدا ہوتی ہے اور پسینا بھی زیادہ نکلتا ہے یعنی پسینے کا اخراج اپنی انتہا کو پہنچ جاتا ہے۔ اسی وجہ سے کینوس کے جوتے پہننے والے بچوں کے موزے کھیلنے کے بعد پسینے سے گیلے ہو جاتے ہیں۔ دونوں پیروں میں تقریباً دو لاکھ مسام اور غدود ہوتے ہیں جو دن بھر میں تقریباً 1/2 پنٹ رطوبت خارج کرتے ہیں یہ رطوبت پیروں کے لیے نقصان دہ ثابت ہوتی ہے اس سے سوزش اور احتراق پیدا ہوتا ہے۔ پسینے میں شامل نمک اور تیزابی مادے گلا دینے یا کھا جانے کی صلاحیت بھی رکھتے ہیں چنانچہ پہنے ہوئے کینوس شوز کے بالائی حصوں میں سوراخ اور گھس جانے کے نشانات عام طور پر نظر آتے ہیں۔ ٹینس یا کینوس شوز کے اندر پیروں کے رگڑ کھانے کا ایک اور سبب حدت میں اضافہ بھی ہوتا ہے۔ جلد کا عام درجہ حرارت ۹۰ درجے فارن ہائیٹ ہوتا ہے۔ تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ گرمیوں کے موسم میں سخت محنت کرنے والے پیروں کا درجہ حرارت چمڑے کے جوتوں میں ۹۵ سے ۱۰۰ درجہ فارن ہائیٹ تک بڑھ جاتا ہے۔ لیکن کینوس کے جوتوں میں یہ درجہ حرارت ۱۲۵ درجہ فارن ہائیٹ تک پہنچ جاتا ہے۔

بچوں کی خراش یا چوٹ: کینوس شوز پہننے کے عادی بچوں کو یہ شکایت عام طور پر ہوتی ہے۔ اس کا سبب بھی چپ چپاہٹ اور ربر سول کی سطح کا کھنچاؤ ہوتا ہے۔ اس کے اندر جب بچے کا پیر آگے کی طرف پھسلتا ہے تو دن بھر میں ہزاروں بار اس کے اگلے حصے سے ٹکراتا ہے۔ چمڑے کے جوتوں میں یہ خرابی نسبتاً کم ہوتی ہے، کیوں کہ چمڑے کے تلے زمین پر چپکنے کے بجائے پھسلتے ہیں۔

تلے کی لچک: عام طور پر یہ خیال کیا جاتا ہے کہ کینوس شوز کے تلے جوتوں کی نسبت زیادہ لچک دار ہوتے ہیں، لیکن یہ خیال درست نہیں ہے، کیوں کہ چھوٹے بچے کینوس شوز کے تلے عام طور پر 1/2 انچ موٹے، ٹھوس ربر سے بنے ہوئے ہوتے ہیں۔ چھوٹے بچے کا وزن اتنا زیادہ نہیں ہوتا کہ چلتے وقت اتنے موٹے سول کو موڑے یا پیروں میں لچک پیدا کر سکے، چنانچہ چھوٹا بچہ پیروں میں لچک پیدا کرنے کے بجائے سپاٹ انداز میں پیر آگے بڑھاتا ہے۔ اس طرح جوتے کا سول مڑنے نہیں پاتا۔

سائز اور موزونیت: بچوں کے کینوس شوز کی چوڑائی عام طور پر ایک ہی ہوتی ہے۔ یہ زیادہ تر صرف پورے سائزوں ہی میں تیار ہوتے ہیں۔ جب کہ ان کے برعکس چمڑے کے نصف سائزوں میں بھی ملتے ہیں اور آٹھ مختلف چوڑائیوں میں دستیاب ہوتے ہیں۔ کینوس شوز عام طور پر مناسب سائز میں نہیں ملتے یہ یا تو ڈھیلے ہوتے ہیں یا پھر تنگ، لیکن چونکہ ان میں نرمی اور لچک ہوتی ہے اس لیے انہیں بچوں کے لیے خرید لیا جاتا ہے۔ ایسے جوتوں سے بچوں کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ ان دنوں یہ جوگرز کے نام سے بھی فروخت ہو رہے ہیں۔ ان کے استعمال میں بھی احتیاط کا ملحوظ رکھنا بے حد ضروری ہے۔

عجیب دعا، جو ہر کسی کی ضرورت ہے

حضرت سری سقطیؒ سے مروی ہے کہ فرماتے ہیں مجھے خبر ملی کہ ایک عورت تھی جب وہ تہجد کے لیے کھڑی ہوتی تو کہتی تھی اے اللہ ابلیس بھی تیرا ایک بندہ ہے...... اس کی پیشانی تیرے ہاتھ میں ہے وہ مجھے دیکھتا ہے اور میں اسے نہیں دیکھ سکتی اور تو اسے دیکھتا ہے...... اے اللہ اگر وہ میرا برا کرنا چاہے تو تُو رد کر دے۔ اگر مجھ سے مکر کرے تو تو اس سے خفیہ تدبیر کر۔ میں تجھ سے اس کے شر سے پناہ مانگتی ہوں اور تیری مدد سے اس کے سینہ کو دھکیلتی ہوں۔ پھر روتی تھی حتیٰ کہ ایک آنکھ جاتی رہی لوگوں نے کہا اللہ تعالیٰ سے ڈر کہیں دوسری آنکھ بھی نہ جاتی رہے کہنے لگی اگر میری آنکھ جنت والوں کی آنکھ ہے تو حق تعالیٰ دوسری آنکھیں بدل دیں گے جو ان سے اچھی ہوں گی اور اگر اہل نار کی آنکھیں ہیں تو اللہ تعالیٰ انہیں دور ہی کر دے۔ (مرسلہ: سمعیہ کلثوم، چھنی تاجہ ریحان سرگودھا)

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا ہر ممکن کوشش کی ہے کہ مخلوق کے فائدے کے لیے تصنیف اور تالیف کی جائے۔ کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہوگئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نا چاہتے ہوئے بھی۔ غلطی ممکن ہے آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ دعا گو و دعا جو بندہ محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی۔

اللہ کا حصہ

دنیا کے تمام مذاہب مالدار لوگوں کو اللہ تعالیٰ اور مخلوق کی راہ میں خرچ کرنے کی ترغیب دیتے ہیں

(تحریر: یاسر محمد خان)

جم رون ایک نامور امریکی ہے۔ اس وقت امریکا کے با اثر لوگوں کی فہرست بنائی جائے تو جم رون کا نام اس فہرست کے ابتدائی ناموں میں شامل ہوگا۔ جم رون غریب ماں باپ کا بیٹا تھا۔ اس نے سولہ سال کی عمر میں نوکری شروع کی۔ نوکری کے شروع میں اس کی ملاقات ایک یہودی سے ہوئی۔ یہودی ایک کاروباری شخص تھا۔ جم رون پانچ برس تک اس کے پاس کام کرتا رہا۔ ان پانچ برسوں میں اس نے اس یہودی سے بہت کچھ سیکھا۔ اس ٹریننگ کی بنیاد پر اس نے اپنا کام شروع کیا۔ اس نے لوگوں کے ساتھ اپنی کامیابی کے اصول ڈسکس (Discuss) کرنے شروع کر دیئے۔ وہ امریکا کے مختلف شہروں میں جاتا، لوگوں کو جمع کرتا اور انہیں بتاتا کہ انسان کو زندگی کیسے گزارنی چاہیے؟ کامیابی کیا چیز ہے؟ خوشی اور مسرت کیا چیز ہوتی ہے اور وہ کہاں کہاں سے ملتی ہے؟ شروع میں اس نے یہ کام مشغلے کے طور پر شروع کیا لیکن بہت جلد لوگوں نے جم رون کو سنجیدگی سے سننا شروع کر دیا یہاں تک کہ صرف دو برس کے عرصے میں وہ ''عوامی مقرر'' بن گیا اور لوگوں نے باقاعدہ ''فیس'' دے کر اس کا بیان سننا شروع کر دیا۔ جم رون کو اپنی اس صلاحیت کا علم نہیں تھا، جب اس نے دیکھا وہ لوگوں میں مقبول ہو رہا ہے تو اس نے ''خطاب'' کو اپنا پیشہ بنا لیا۔ اس نے اپنی فیس مقرر کر دی، اب حالت یہ ہے کہ لوگ اس کا خطاب سننے کے لیے سال پہلے بکنگ کرا دیتے ہیں۔ وہ دنیا کے مختلف شہروں میں ہزار ہزار دو دو ہزار لوگوں کا گروپ بناتا ہے، انہیں کسی ہال میں جمع کرتا ہے اور پھر انہیں زندگی، کامیابی اور خوشی کے بارے میں لیکچر دیتا ہے۔ مجھے اس کی چھ کیسٹوں کا ایک پروگرام سننے کا اتفاق ہوا۔ اس پروگرام کا نام ''غیر معمولی زندگی گزارنے کا فن'' تھا۔ میں یہ پروگرام سن کر حیران ہو گیا۔ اس شخص کا بیان، زبان، اثر اور سٹائل اس قدر شاندار تھا کہ آپ اس کا اثر لیے بغیر نہیں رہ سکتے۔ میں جم رون سے بہت متاثر ہوا۔ میں اب بھی اس سے متاثر ہوں۔ میں سمجھتا ہوں وہ ایک غیر معمولی انسان ہے۔ اگر اس میں کسی چیز کی کمی ہے تو وہ ایمان ہے۔ اگر وہ مسلمان ہوتا تو پوری دنیا میں کمال کر دیتا، لوگ اس کے پاؤں چھوتے لیکن بہر حال یہ وہ سعادت ہے جو اللہ تعالیٰ ہر کسی کو نصیب نہیں کرتا۔

جم رون نے اپنے اس لیکچر کے دوران کامیاب زندگی گزارنے کا ایک عجب نسخہ بیان کیا، اس نے بتایا ''اگر آپ لوگ خوشحال، مطمئن اور کامیاب زندگی گزارنا چاہتے ہیں تو آپ اپنی آمدنی کو دو حصوں میں تقسیم کریں، پہلے حصے میں ستر فیصد آمدنی آپ اپنے کاروبار، اپنی ضروریات زندگی، اپنے خاندان، بیوی، بچوں اور گھر پر صرف کریں۔ دوسرے حصے کے تیس فیصد کو آپ مزید تین حصوں میں تقسیم کریں۔ یہ دس دس فیصد رقم بنے گی۔ آپ اس رقم کے پہلے حصے کو بچت کا نام دیں اور اسے اپنے معمول کے کاروبار سے ہٹ کر کسی کام میں صرف کر دیں۔ آپ اس کا زیور خرید لیں، رقم شراکت داری میں کسی دوست کے کاروبار میں لگا دیں، اس کی کوئی زمین، جائیداد خرید لیں، اس کو کسی کارخانے میں لگا دیں جس میں آپ کو وقت نہ دینا پڑے۔ یہ سرمایہ کاری یا بچت آہستہ آہستہ آپ کا اثاثہ بن جائے گی، یہ برے دنوں میں آپ کا ساتھ دے گی۔ دوسرا حصہ یا دوسرا دس فیصد آپ اپنی ذاتی زندگی پر خرچ کریں، اپنے لیے اچھے کپڑے، جوتے اور سواری خریدیں، یہ رقم اپنی صحت اور ذاتی آرام پر لگائیں، اس رقم سے چھوٹے چھوٹے کورس کریں، اس رقم سے ورزش کا کوئی کلب جوائن کریں۔ اس سے ورزش اور کھیل کے آلات خریدیں، اپنے آپ کو صحت مند اور خوبصورت بنائیں اور تیسرا حصہ یعنی آخری دس فیصد آپ فلاح عامہ پر خرچ کریں۔

جم رون جب اس جگہ پہنچا تو میں ہمہ تن گوش ہو گیا، اس نے بتایا: ''آپ کے مال کا آخری دس فیصد آپ کے گرد و نواح میں رہنے والے ان لوگوں کا حق ہے جو زندگی کی دوڑ میں پیچھے رہ گئے ہیں، جن کے پاس صحت، تعلیم اور روزگار نہیں، جو نادار اور مسکین ہیں۔'' میں جم رون کی بات بڑے غور سے سنتا رہا، اس نے بتایا: ''یہ دس فیصد آپ کو روحانی اور ذہنی مسرت دے گا، یہ آپ کو انسان ہونے کا احساس دلائے گا، یہ آپ کو لوگوں کے دکھ درد محسوس کرنے، انہیں اپنانے کا شعور دے گا، یہ آپ کو معاشرے کا حصہ بنائے گا، یہ آپ کو آپ کی ذمہ داریوں کا احساس دلائے گا۔ یہ آپ کو بتائے گا زندگی جن لوگوں کے کندھوں پر ان کی اوقات سے زیادہ بوجھ ڈال دیتی ہے اس بوجھ کو اٹھانا، اس بوجھ کو بانٹنا مضبوط کندھے کے لوگوں کی ذمہ داری ہوتی ہے یہ ان لوگوں کی ذمہ داری ہوتی ہے جنہیں اللہ تعالیٰ نے زیادہ بوجھ اٹھانے کی صلاحیت دے رکھی ہے۔'' میں نے جم رون کی یہ بات سنی تو میری حیرت میں اضافہ ہو گیا۔ جم رون سرمایہ داری کی کوکھ سے پیدا شدہ ایک کاروباری شخص ہے اس کے منہ سے فلاح و بہبود کے لیے اپنی آمدنی کا دس فیصد حصہ خرچ کرنے کی بات سننا عجیب تھا۔ میں ہمہ تن گوش ہو گیا۔ جم رون نے اپنی بات کو آگے بڑھاتے ہوئے بتایا، ''دنیا کے تمام مذاہب مالدار لوگوں کو اللہ تعالیٰ اور مخلوق کی راہ میں خرچ کرنے کی ترغیب دیتے ہیں، اللہ کے نزدیک دولت کی اہمیت نہیں، وہ دینے والے کی نیت اور جذبہ دیکھتا ہے۔'' اس نے آگے چل کر حضرت عیسیٰ علیہ السلام کی زندگی کا ایک واقعہ بیان کیا، اس نے بتایا: ''حضرت عیسیٰ علیہ السلام اپنی ابتدائی زندگی میں یہودیوں کی کسی عبادت گاہ کے سامنے کھڑے تھے، انہوں نے دیکھا بے شمار لوگ آ رہے ہیں اور آ کر عبادت گاہ کے چندے کے صندوق میں پیسے ڈال رہے ہیں۔ ان لوگوں میں بے شمار مالدار تھے۔ ہر شخص اپنی اوقات کے مطابق صندوق میں پیسے ڈال رہا ہے۔ اس ہجوم میں اچانک ایک غریب لڑکی داخل ہوئی، اس کے کپڑے اور جوتے پھٹے ہوئے تھے اور اس کے بال میل سے چیکٹ تھے۔ لڑکی صندوق کے قریب پہنچی، اس کی مٹھی میں ایک کھوٹا سکہ تھا۔ اس نے صندوق کے اوپر مٹھی رکھی اور یہ مٹھی کھول دی۔ کھوٹا سکہ اس کے ہاتھ سے نکلا اور یہودی تاجروں کے سونے کے سکوں پر گر گیا۔ لڑکی نے آسمان کی طرف دیکھا اور کچھ بڑبڑا کر واپس مڑ گئی، حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے اس لڑکی کو روک لیا اور اس سے پوچھا، تم نے اللہ تعالیٰ کو کھوٹا سکہ کیوں دیا؟ لڑکی گھبرا کر بولی: ''اس لیے کہ میرے پاس صرف کھوٹا سکہ تھا۔ اللہ تعالیٰ کو کھرے سونے کے سکے ان لوگوں نے دیے ہیں جن کے پاس سینکڑوں ہزاروں سونے کے سکے ہیں، میرے پاس صرف ایک سکہ تھا اور میں نے وہی سکہ اللہ تعالیٰ کو پیش کر دیا۔ حضرت عیسیٰ علیہ السلام لڑکی کے پاس جذبے سے بڑے متاثر ہوئے اور انہوں نے لڑکی کے لیے دعا فرمائی۔''

جم رون نے یہ واقعہ سنانے کے بعد تبصرہ کیا: اللہ تعالیٰ کی نظر میں سونا اور تانبا محض دھاتیں ہیں، اس کی نظر میں سو ڈالر اور ایک ڈالر دونوں کاغذ کے ٹکڑے ہیں، وہ صرف دینے والے کی نیت اور اس کا خلوص دیکھتا ہے، اس لڑکی کا یہ کھوٹا سکہ بنی اسرائیل کے سونے کے سارے سکوں پر بھاری تھا۔ لہٰذا اگر آپ زندگی میں سکون حاصل کرنا چاہتے ہیں تو اپنی آمدنی کا ایک حصہ اللہ کی راہ میں ضرور خرچ کریں خواہ آپ کی آمدنی کھوٹے سکوں کی شکل ہی میں کیوں نہ ہو''

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

موٹا پا اور میرے مسلسل تجربات (قسط نمبر1) کے بعد کامیابی

موٹاپے سے بچنے کے لیے اکثر لوگوں کو معلوم نہیں ہوتا کہ انہیں اس کے لیے کیا کرنا چاہیے اور اگر معلوم بھی ہوتو خواہ مخواہ کی مصروفیت کی وجہ سے ان تدابیر کو اختیار نہیں کرتے اور یہ سستی ان کو مزید موٹا کر دیتی ہے

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

موٹاپا عالمی مرض کی نوعیت اختیار کر گیا ہے۔ موٹاپا ان چند امراض میں سے ایک مرض ہے جس کے لیے عالمی منڈی میں بولی لگتی ہے کہ کونسی دوائی زیادہ رقم دے گی اور کس دوا سے سرمایہ زیادہ جمع ہوگا۔

بندہ عرصہ دراز سے موٹاپا اور اس سے پیدا ہونے والے امراض کا نہایت غور سے تجزیہ اور تحقیق کر رہا ہے۔ اس تحقیق کے بعد میں جس نتیجے پر پہنچا اور مختلف تجربہ کار لوگوں سے ان کے راز اکٹھے کیے وہ تحقیق اور راز آپ قارئین کی خدمت میں پہنچا رہا ہوں۔ قارئین میری کوشش ہوتی ہے کہ جو تجربات اور راز بندہ کو ملیں وہ اپنی قبر میں نہ لے جاؤں بلکہ آپ حضرات کی خدمت میں پیش کروں۔ صرف اس امید سے کہ مخلوق خدا کو نفع پہنچے۔ اور صدقہ جاریہ ہو۔

قارئین وہ تحقیق اور راز جس سے چٹکی بجاتے ہی موٹاپا اور اس سے پیدا ہونے والے تمام عوارضات بالکل ختم ہو جائیں۔

قارئین! ایسے راز اور نسخہ جات جو ایک نہیں دس نہیں سو نہیں بلکہ بے شمار لوگوں کے آزمودہ ہیں۔ یہ راز مجھے کیسے ملتے ہیں وہ اس طرح کہ جب میں اپنے صدری راز لوگوں تک پہنچاتا ہوں چھپاتا نہیں تو پھر وہ لوگ جو اپنے راز اپنی نسلوں تک کے لیے چھپاتے ہیں خود نہایت خلوص سے یہ راز مجھے دے جاتے ہیں یا خطوط میں لکھ دیتے ہیں۔ آیئے مطالعہ فرمایئے میرے سالہا سال کی تحقیق:

موٹاپا بہت سی مہلک بیماریوں کا باعث بنتا ہے۔ موٹاپے سے نجات حاصل کرنے اور اس کے عوارضات یعنی بلڈ پریشر، ہارٹ اٹیک، شوگر، بدہضمی، تبخیر، تیزابیت سے محفوظ رہنے کے لیے آسان ہدایات اکثر حضرات یہ کہتے سنے جاتے ہیں کہ ورزش نہ کرنی پڑے، صرف دوا سے وزن کم ہو جائے، وقت نہیں ملتا، ان دوستوں کو یہ سوچ لینا چاہیے کہ جس مشین پر توجہ اور دیکھ بھال نہ کی جائے وہ اپنی عمر سے پہلے خراب ہو جاتی ہے۔ ایسے ہی اگر آپ اپنی صحت پر وقت نہ لگائیں، اس کی دیکھ بھال نہ کریں، تو ظاہر ہے کہ بگڑے ہوئے بچے کی طرح بگڑ جائے گی۔ اور اگر صحیح وقت پر توجہ نہ دی گئی اور خدانخواستہ آپ بیمار پڑ گئے۔ تو وقت اور پیسہ خرچ کرنا ہی پڑے گا، لہٰذا جیسے آپ اپنے کاروبار، کام کاج کے لیے وقت اور پیسہ لگاتے ہیں، ایسے ہی اپنے جسم اور روح کو وقت دیں تاکہ آپ صحت مند رہ کر اپنے دین اور دنیا کو بہتر بنا سکیں اور آپ پر نعمتوں کے دروازے کھلے رہیں۔

موٹاپا صرف دیکھنے والوں کو ہی برا نہیں لگتا۔ بلکہ بے شمار مشکلات اور امراض میں بھی مبتلا کر دیتا ہے، آج کل ملک میں نت نئے طریقے منظر عام پر آ رہے ہیں۔ ہزاروں روپے خرچ کر کے لوگ اپنے وزن کو کم کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ لیکن علاج چھوڑنے پر پھر وزن بڑھ جاتا ہے یا علاج جاری رکھنے پر دوسری بیماریاں پیدا ہونے لگتی ہیں، مثلاً کمزوری، اسہال، چہرے کے رنگ کی خرابی وغیرہ۔ اس کے علاوہ ان طریقہ ہائے علاج میں استعمال ہونے والی ادویات جگر اور گردوں کے لیے مضر صحت ہوتی ہیں۔ موٹاپے سے بچنے کے لیے اکثر لوگوں کو معلوم نہیں ہوتا کہ انہیں اس کے لیے کیا کرنا چاہیے اور اگر معلوم بھی ہوتو خواہ مخواہ کی مصروفیت کی وجہ سے ان تدابیر کو اختیار نہیں کرتے اور یہ سستی ان کو مزید موٹا کر دیتی ہے، اور یہ لوگ سستی، کمزوری، بدہضمی، شوگر، بلڈ پریشر اور ہارٹ اٹیک جیسے دائمی امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ جدید طب نے یہ بات ثابت کر دی ہے کہ موٹے لوگوں میں قوتِ مدافعت کم ہوتی ہے۔ جبکہ مناسب جسامت والے لوگ زیادہ صحت مند اور توانا ہوتے ہیں اور اپنی طبعی عمر اچھی حالت میں پوری کرتے ہیں، بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں نہ صرف خوبصورت رہتے ہیں، بلکہ چست اور ہشاش بشاش نظر آتے ہیں۔ امریکہ کی میٹروپولین انشورنس کمپنی نے ہزاروں بیمہ شدہ افراد کا جائزہ لیکر یہ ثابت کیا کہ درازی عمر اور اچھی صحت کا دارومدار انسانی جسم کے وزن پر ہے۔

(بقیہ آئندہ شمارے میں)

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں

مئی کے دوسرے ہفتے مورخہ 10-05-2008 کو بروز ہفتہ کو ہماری روحانی محفل ہوگی۔ صبح 9:00 بجے سے لیکر شام 7:00 بجے تک کسی بھی وقت 63 منٹ تک پچھلے ماہ والا یہ وظیفہ **"بسم اللہ الرحمن الرحیم ، ایاک نعبد وایاک نستعین"** (ہر بار تسمیہ مکمل ساتھ ضرور پڑھیں) غسل یا وضو کرنے کے بعد خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون، چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں وقت مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئے۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں (فقیر محمد طارق محمود عفا عنہٗ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

وکیلا تبسم چشتیاں سے لکھتی ہیں کہ میں اپنے گھریلو حالات سے بہت پریشان تھی۔ ہم لوگ روز بروز قرضوں میں جکڑے جا رہے تھے۔ حالات بجائے بہتری کے مزید خراب ہو رہے تھے۔ ایک عامل سے ایک چاندی کی پلیٹ نما کوئی چیز بنوائی، بہت رقم دی لیکن پھر بھی فائدہ نہ ہوا آخر کار مجھے کسی نے عبقری دیا۔ میں نے پہلی دفعہ پڑھا اور روحانی محفل پر عمل کیا میں نے محسوس کیا کہ بہت فائدہ ہوا۔ پھر میں نے روزانہ یہ عمل کرنا شروع کر دیا بس وہ دن اور آج کا دن کہ میں نے یہ عمل نہ چھوڑا اور رب کریم کی اتنی رحمتیں ہیں کہ میں بیان نہیں کر سکتی۔

اولیاء کے مستند وظائف وعملیات

سلطان نصیر الدین چراغ دہلویؒ

آیت کریمہ قرآنی اور اسم الٰہی رب العزت کے دربار میں دعا اور التجا کی حیثیت ہے ان کے وسیلہ سے مدد و توفیق مانگیے اللہ پاک آپ کو اپنی زندگی میں قدم بہ قدم کامیاب و کامران کرے گا

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ کلام اللہ میں اتنا قوی اثر ہے کہ کوئی کام رہ نہیں سکتا، قرآن مقدس کے ہر لفظ ہر نقطہ ہر الفاظ کے پیچھے ہر وقت ہر لحظہ اللہ تعالیٰ کی روحانی قوت موجود ہے۔ اللہ کی تائید اور عطا کردہ توفیق سے جو بھی کام کیا جائے ضرور ہوتا ہے یقیناً ہوتا ہے۔ آیت کریمہ، اور اسم الٰہی، رب العزت کے دربار میں دعا اور التجا کی حیثیت رکھتے ہیں ان کے وسیلہ سے مدد توفیق مانگیے۔ اللہ پاک آپ کو اپنی زندگی میں قدم بہ قدم کامیاب و کامران کرے گا۔ نوٹ: عام اجازت ہے۔ پھر بھی عامل بننے کی خواہش ہے تو نوچندی جمعرات یا پیر ایک وقت ایک جگہ مقرر کر کے 40 یوم روزانہ 111 مرتبہ اول آخر 11+11 مرتبہ درود شریف، اس کے علاوہ بھی ہدایت کے مطابق عمل کرے انشاء اللہ مؤثر پائیں گے، اطباء کو بھی چاہیے کہ جسمانی علاج کے ساتھ روحانی علاج کو بھی فوقیت دیں۔

(1) رجعت: سورۃ عبس (پ ۳۰) کوئی بھی عمل کرتے وقت پڑھا کریں کسی بھی عمل کی رجعت نہ ہوگی۔

(2) تمام امراض جگر، ہر قسم کی ہیپاٹائٹس کے لیے: باوضو ہو کر کمرہ بند کر کے پوری توجہ سے پانچ وقت سورہ رحمٰن سنیں اور پھر ایک بار خود پڑھ لیں۔ بیماری کے لیے دعا کریں 11 سے 21 یوم۔ **(3) کینسر، سرطان کے لیے:** دیگر مایوس لاعلاج امراض کی شفایابی کے لیے ایک یا بہت سے اشخاص اول و آخر 11+11 مرتبہ درود ابراہیمی پڑھ کر سوا لاکھ مرتبہ **یَا سَلَامُ** پڑھ کر کسی بھی عرق یا آب زم زم پر دم کر کے پلا دیں، روزانہ ایک ہزار مرتبہ **یَا اللّٰہُ ، یَا سَلَامُ** ، اول آخر 11+11 مرتبہ درود ابراہیمی ایک وقت مقرر کر کے پڑھیں اور پانی پر دم کر کے پلا دیں، انشاء اللہ ہر مرض میں مکمل شفا ہوگی۔

(4) ہر قسم کے درد کے لیے: **وَبِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰهُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ ط وَمَآ اَرْسَلْنٰكَ اِلَّا مُبَشِّرًا وَّنَذِيْرًا** (بنی اسرائیل آیت نمبر 105) ہر قسم کے درد کے لیے مقام مرض پر ہاتھ رکھ کر اس آیت مبارکہ کو تین مرتبہ پڑھ کر دم کرے انشاء اللہ ہر قسم کے درد کو شفا ہوگی۔

(5) تابعداری: **یَا رَحْمٰنَ کُلِّ شَیْءٍ وَّرَاحِمَهٗ**: بیوی، شوہر، اولاد یا حکام بالا کسی کو بھی تابع کرنے کے لیے 3 یوم ہر روز 500 مرتبہ پڑھے۔ چوتھے دن غسل کر کے 1000 مرتبہ پڑھے اور پھر اسے اپنی ہتھیلی پر لکھیں اور جسکو مسخر کرنا ہے اس کے سامنے 15 مرتبہ پڑھ کر پھونکیں، وہ آپ کا تابعدار ہو اور عزت کرے۔

(6) حسن سلوک: **يُحِبُّوْنَهُمْ كَحُبِّ اللّٰهِ ط وَالَّذِيْنَ اٰمَنُوْٓا اَشَدُّ حُبًّا لِّلّٰهِ ط** (سورہ بقرہ آیت نمبر ۱۶۵) سات کنکریاں نمک لاہوری لیکر ہر کنکر پر یہ آیت سات مرتبہ پڑھیں اسی طرح تین مرتبہ کریں۔ مجموعی طور تعداد اکیس ۲۱ مرتبہ ہوگی، تعداد پوری کر کے کہے۔ ''حب فلاں بن فلاں عمل حب فلاں سات کنکریاں آگ میں جلا دیں یہ عمل اکیس ۲۱ یوم کریں، اول آخر (11+11) مرتبہ درود ابراہیمی ضرور پڑھیں، اتفاق، آپس میں حسن وسلوک، محبت، میاں بیوی اگر تو ناراض ہو تو راضی کرنے کے لیے بہت اکسیر ہے۔

(7) شفائے امراض: **اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَائِهَا وَعَافِيَةِ الْاَبْدَانِ وَشِفَائِهَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِيَائِهَا وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ** امراض قلب ہر قسم کی بیماری کے لیے باوضو لکھ کر پانی میں حل کر کے پییں شفا ہوگی۔

(8) ہر مرض سے شفاء: **يَا حَيُّ حِيْنَ لَا حَيَّ فِيْ دَيْمُوْمَةِ مُلْكِهٖ وَبَقَائِهٖ يَا حَيُّ** سحر و جادو ہو، اثرات بد یا ایسی بیماری جس سے حکماء عاجز آ گئے ہوں، سب کے لیے مجرب ہے۔ زعفران سے لکھ کر دن میں کئی مرتبہ پلا دیں، ان شاء اللہ شفا ہوگی۔

(9) کمر درد: **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يَا شَافِيْ يَا كَافِيْ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يَا وَاسِعُ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يَا حَيُّ يَا دَائِمُ** ط ورد مبارک کو 11 مرتبہ اول و آخر درود شریف (11+11) بار پڑھ کر دم کرے۔ شفا ہوگی۔

(10) اولاد کے لیے: کسی کو اولاد نہ ہوتی ہو یا ہو کر مر جاتی ہو۔ یقین و بھروسہ کیساتھ عمل کرے انشاء اللہ صاحب اولاد ہو۔

(ا) عورت کی دو چھاتیوں پر تین سطروں میں اپنی شہادت کی انگلی سے لکھیں ''ہمارے گھر لڑکا تولد ہوگا تو اس کا نام محمد احمد رکھیں گے (ب) عورت کی ناف پر ہاتھ رکھ کر سات مرتبہ یہ دعا دم کریں یا شہادت کی انگلی سے لکھیں **اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ سَمَّيْتُ مَا فِيْ بَطْنِ هٰذِهِ الْمَرْاَةِ الْحَامِلَةِ مُحَمَّدًا اَحْمَدَ** o یہ عمل منگل کے دن شروع کریں سات دن متواتر کریں۔ (صرف شوہر کرے)

(11) تمام امراض کے لیے: **يَا اَللّٰهُ يَا رَحْمٰنُ يَا رَحِيْمُ** نہ صرف ہر قسم کے امراض بلکہ ہر قسم کی حاجت مشکل ترین مہم کی کامیابی کے لیے انتہائی مجرب زود اثر آزمودہ ہے جمعہ کے دن نماز عصر پڑھ کر قبلہ رو بیٹھ کر آنکھیں بند کر کے خلوص دل سے غروب آفتاب تک متواتر پڑھیں۔ دعا کر کے نماز مغرب ادا کریں۔

دیگر نیز یہ ہر مرض ہر مسئلے کا حل بھی ہے۔ **بِسْمِ اللّٰہ** اور **الحمد للّٰہ** یہ وہ الفاظ ہیں جو سورۃ فاتحہ میں آتے ہیں۔ پہلا اسم ذاتی دوسرا عادل اور تیسرا رحمت ہے۔ یہ کامیابی کی کنجی اور اسم اعظم کا کام کرتے ہیں۔ جو مقصد ہو ایک چلہ کے اندر یقیناً پورا ہوتا ہے ان اسماء مبارک کو ۳۱۲۵ ہر روز بلا ناغہ عصر اور مغرب کے درمیان آسمان کے نیچے ننگے سر پڑھیں 40 یوم کے اندر ایک لاکھ پچیس ہزار تعداد پوری کرے۔ ایک یوم میں کام مکمل ہوگا۔ ان شاء اللہ۔

(12) جھاڑ یرقان: ایک کٹوری نئی لے کر اس میں سرسوں کا تیل لیکر مریض کے سامنے رکھیں۔ مریض کو ہدایت کر دیں کہ اسے بغور دیکھتا رہے۔ تھوڑی سی گھاس مع جڑ کے لیکر سورۃ فلق سات بار پڑھ کر جھاڑتے دم کرتا رہے۔ سات دن لگاتار کریں۔ تیل کسی فقیر یا مسجد کو دے دیں۔

(13) امراض شکم و موٹاپا: کھانا ہضم نہ ہو، جزو بدن نہ بنے۔ کھٹے ڈکار، بدہضمی، دائمی قبض اکثر اسہال کی شکایت ہو، موٹاپا یعنی پیٹ بڑھ جائے جملہ امراض شکم کے لیے تجربہ شدہ ہے۔ 3 بار پڑھیں، ساتھ پیٹ پر ہاتھ بھی مارتے جائیں یا پھیرتے جائیں یہ عمل دن میں 3 بار کرنا ہے اور 40 یوم مکمل کرنا ہے۔ ''اجر ہاتھ بجر ہاتھ بھسم ہو پیٹ کا بھات دہائی بہاؤ الدین پنڈری کی۔''

(14) اکسیر برائے شوگر: ''**رَبِّ اَدْخِلْنِيْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَّاَخْرِجْنِيْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَّاجْعَلْ لِّيْ مِنْ لَّدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِيْرًا** ط (سورہ بنی اسرائیل کی آیت نمبر 80 کو) 21 مرتبہ اور اول آخر درود ابراہیمی (11+11) مرتبہ، ڈیڑھ ماہ یا دو ماہ تک پڑھیں۔

جسمانی کمزوری کا تیر بہدف علاج

تحریر: محمد مجاہد بن محمد یار، مظفر گڑھ

حکیم صاحب نے ایک ہفتے کا نسخہ دیا وہ نسخہ ابھی تین دن استعمال کیا تھا کہ بحمد اللہ میرے بھائی کو جریان کی بیماری ختم ہوگئی اور وہ ایسے صحت یاب ہوئے کہ چہرہ مالٹے کی طرح سرخ و خوبصورتی کی طرف تبدیل ہونے لگا

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

آج سے تقریباً 3 سال پہلے کا واقعہ ہے کہ میرے چھوٹے بھائی بشیر احمد آہستہ آہستہ کمزور ہوتے چلے گئے حتیٰ کہ ایک ایسا وقت آپڑا کہ میرے بھائی کی ایسی حالت ہوگئی کہ آنکھیں کمزوری کی وجہ سے ڈراؤنی لگتیں تھیں اور ہونٹ موٹے موٹے ہو کر لٹک گئے۔ گھر والے اسکی بگڑتی حالت دیکھ کر پریشان تھے کہ ہمارا مالٹے کی طرح چمکتا ہوا بیٹا اتنا کمزور اور ڈراؤنی شکل والا کیوں ہوگیا۔ کیونکہ اس کا چہرہ بیماری کی وجہ سے پیلا اور ڈراؤنا ہو چکا تھا۔

والدین نے بھائی سے پوچھا کہ بتائیں کہ کیا بیماری ہے تاکہ ہم آپ کا علاج کرا سکیں تو میرے بھائی نے بتایا کہ مجھے اور تو کوئی تکلیف اور بیماری نہیں ہے البتہ پیشاب کے بعد گاڑھے گاڑھے سفید قطرے کافی عرصہ سے بکثرت آتے ہیں تو والد محترم نے ڈاکٹروں سے علاج کرایا اور ہر تیسرے چوتھے دن ڈاکٹر تبدیل کرتے رہے۔ لیکن ایک رتی بھر فائدہ نہ ہو۔ ہزاروں روپے خرچ کیے لیکن معاملہ جوں کا توں رہا اور مایوسی کے بادل روز بروز بڑھ چڑھ کر برسنے لگے۔ بالآخر والد محترم کے ایک مخلص دوست نے ایک حکیم صاحب سے دوائی لینے کا مشورہ دیا۔ میرے والد محترم چھوٹے بھائی کو حکیم صاحب کے پاس لے گئے اور پوری داستانِ علاج سنائی۔ حکیم صاحب نے ایک ہفتے کا نسخہ دیا۔ وہ نسخہ ابھی تین دن استعمال کیا تھا کہ بحمد اللہ میرے بھائی کو جریان کی بیماری ختم ہوگئی اور وہ ایسے صحت یاب ہوئے کہ چہرہ مالٹے کی طرح سرخ و خوبصورتی کی طرف تبدیل ہونے لگا اب اس کی شادی ہو چکی اور ایک بچی کا باپ ہے۔ میرے والد صاحب کو یہ نسخہ تیر بہدف معلوم ہوا اور حکیم صاحب کے پاس جا پہنچے کہ مجھے یہ نسخہ بتائیں لیکن حکیم صاحب نے نسخہ بتانے سے معذرت کر لی تو میرے والد صاحب نے اپنے دوست کو جو حکیم صاحب کے بھی جگری دوست تھے کہ بطور سفارش لیکر گئے تو حکیم صاحب نے وہ نسخہ بتا دیا اور میرے والد صاحب نے وہ نسخہ گھر آکر تیار کیا اور حکیم صاحب کو چیک کرایا تو حکیم صاحب نے تصدیق کی یہ نسخہ صحیح تیار ہو چکا ہے۔

یہ مرض ان دنوں کثیر تعداد میں نوجوانوں کو لاحق ہو چکا تھا بعض تو غربت کی وجہ سے علاج نہیں کرا سکتے تھے اور بعض میرے بھائی کی طرح مایوس ہو چکے تھے۔ حتیٰ کہ میرے ایک رشتہ دار جس کی عمر تقریباً 27 سال ہے اس کو بھی یہی مرض لاحق تھا اور علاج سے مایوس ہو کر بیٹھ چکا تھا۔ جب اسے اس نسخہ کے متعلق علم ہوا کہ یہ میرے والد صاحب کے پاس ہے آیا اور آتے ہی ہاتھ جوڑ کر کہنے لگا کہ میں علاج سے مایوس ہو چکا ہوں۔ آپ جتنے پیسے چاہیں لے لیں لیکن مجھے اپنا بیٹا سمجھ کر دوائی دے دیں۔ میرے والد محترم نے فی سبیل اللہ ان کو دوائی دی۔ اب الحمد اللہ وہ سب میرے والد صاحب کو دل سے دعائیں دیتے ہیں۔

مجھے بھی جریان کی شکایت ہوئی جب یہ نسخہ استعمال کیا تو بالکل تندرست ہوگیا اور اس طرح میں نے یہ نسخہ اپنے طلباء ساتھیوں کو جو اس مرض کا شکار تھے یہی نسخہ استعمال کرایا۔ الحمد اللہ دعائیں دیتے ہیں اور اس طرح یہ نسخہ لیکوریا کے لیے بھی اسی طرح تیر بہدف ہے جس طرح جریان کے لیے ہے۔ ہمارے علاقہ کی سینکڑوں عورتیں جو لیکوریا کے مرض میں مبتلا تھیں انہیں بھی یہی نسخہ دیا گیا اور حیران کن فائدہ ہوا۔

میں نے حکیم طارق محمود چغتائی صاحب کے حالات دیکھے اور مشاہدہ کیا اور میں نے ان کو امت محمدیہ ﷺ کے بارے انتہائی مخلص پایا اور ایسے لوگوں کی دکھی انسانیت کو بے حد ضرورت ہے۔ تو میں نے جناب حکیم طارق محمود صاحب کے اخلاص کو دیکھ کر یہ نسخہ ان کو پیش کر دیا تاکہ خدمت خلق میں میرے والد محترم کا بھی حصہ ہو جائے۔ اللہ حکیم طارق محمود صاحب اور میرے والدین کو دنیا و آخرت میں کامیابیوں سے ہمکنار فرمائے آمین۔

ھوالشافی: سنگ جڑ ایک پاؤ۔ بھیڑ کا دودھ تین پاؤ۔

ترکیب: سنگ جڑ ایک پاؤ کھرل میں ڈال دیں اور پھر بھیڑ کا دودھ ڈال کر کھرل کرتے جائیں جب تین پاؤ دودھ سنگ جڑ میں کھرل ہو جائے اور آٹے کی طرح ہو جائے تو اسے مٹی کی پکی ہوئی ڈولی میں ڈال کر اوپر ڈھکن دے دیں اور آٹے میں نمک ملا کر آٹا گوندھ لیں اور گوندھا ہوا آٹا ڈولی پر لیپ دیں اور 20 کلو خشک گوبر چھوٹے سے گڑھے میں ڈال کر درمیان میں ڈولی رکھ دیں یعنی اوپر نیچے خشک گوبر ہو پھر آگ لگا دیں جب گوبر راکھ ہو کر بجھ جائے تو ڈولی نکال لیں اور دوائی نکال کر اتنا باریک پیس لیں کہ کپڑے سے چھن جائے دوائی تیار ہے۔

ترکیب استعمال: آدھے چنے کی مقدار مکھن میں رکھ کر نہار منہ استعمال کریں انشاء اللہ چند دنوں میں بے حد فائدہ ہوگا۔

آنکھوں کے سیاہ حلقے:

میری آنکھوں کے اردگرد سیاہ حلقے پڑ چکے تھے چہرہ بدنما تھا ایک حکیم صاحب نے نسخہ بتایا جو بے حد سستا تھا اور بے حد مفید ثابت ہوا۔ الحمد اللہ اس نسخہ کے استعمال کرنے سے میری آنکھوں کے گرد حلقے بالکل ختم ہو چکے ہیں۔

ھوالشافی: چنبیلی کا تھوڑا سا تیل لیکر اسمیں لیموں کا رس چند قطرے ملا دیں نسخہ تیار ہے۔

ترکیب استعمال: رات کو سونے سے پہلے آنکھوں کے حلقوں پر لگا کر سو جائیں۔ انشاء اللہ چند دنوں میں بے حد فائدہ ہوگا۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ڈر سے نجات کے لیے: یَا وَاحِدُ ایک ہزار ایک بار جس کو اکیلے میں ڈر لگتا ہو تنہائی میں پڑھ لے ان شاءاللہ عزوجل اس کے دل سے خوف جاتا رہے گا۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

ذاتی تجربات ماہنامہ عبقری کے لیے

(شاہد بخاری، بلال ٹاؤن۔ جہلم)

شروع اللہ کے نام کے ساتھ جو رحمن اور رحیم ہے۔

حضرت حکیم محمد طارق صاحب! السلام وعلیکم!

مجھے چند دن ہوئے ہیں عبقری سے متعارف ہوئے۔ اسی دوران پچھلے رسالوں کی جلد منگوا چکا ہوں، بھیج دینے کا شکریہ! میں نے کبھی سوچا بھی نہ تھا کہ ایسے لوگ اب بھی زندہ ہیں جو اس طرح کے رسالے کے خواہشمند ہونگے۔ یہ دراصل پرانے لوگوں کی نفسیات سے اور ان کی ڈیمانڈ سے میل کھانے والا رسالہ ہے۔ آج کل تو دوسری ہی قسم کے رسالے پڑھے جاتے ہیں۔ شکر ہے اس رب کی ذات کا کہ جس نے ابھی تک لوگوں میں اس طرح کی سوچ رکھی ہے۔ میری عمر چالیس سے اوپر کی ہے اور ہمیشہ ہر شے کو بہت باریک بینی سے دیکھا ہے۔ دنیا کے کئی حصے گھوما ہوں اور نتیجہ یہ نکالا ہے کہ جو کچھ ہماری زمین میں اللہ بزرگ و برتر نے ہمیں دے رکھا ہے بہت کم لوگوں پر اتنی نوازش ہے، اس کے لیے، میں چند ٹوٹکے کہہ لیں آپ کے سامنے رکھنے کی جسارت کر رہا ہوں امید ہے برا نہ منائیں گے۔

ہم کیا کھاتے ہیں: ہمارے ہاں دو اشیا ایسی ہیں جو ہر کھانے میں شامل ہوتی ہیں ایک آٹا اور ایک کھانے کا گھی تیل، ان دونوں اشیاء میں ہم کوئی سوچ اور سمجھ سے کام نہیں لیتے اور اکثر امراض کا شکار رہتے ہیں۔ میرے تجربے میں ایک گندم ہے جسے مونی کنک کہتے ہیں یہ پرانا دانہ ہے اور ایک ایکڑ میں ۷ من سے زیادہ ہو ہی نہیں سکتا جھاڑ اس کا زیادہ ہوتا ہے اور گاؤں دیہاتوں میں ابھی بھی پرانے لوگ اپنے کھانے کے لیے اس کو الگ لگاتے ہیں جب کہ فروخت کے لیے الگ دانہ لگاتے ہیں۔ فارمی گندم تو ایک ایکڑ میں ۳۰ من سے بھی زیادہ ہو جاتی ہے۔ مگر مونی کنک کی کیا بات ہے معدے میں کوئی مسئلہ نہیں ہونے دیتی اس کی روٹی خوشنما سفید نہیں ہوگی مگر بہت اثر رکھتی ہے اب بہت کم لوگوں کے پاس اس کا دانہ رہ گیا ہے آپ سے گزارش ہے کہ مونی کنک کے بارے میں لوگوں کو تلقین کریں کہ آنے والی نسل کے لیے اس دانے کو سنبھال کر رکھیں اور اس کی کاشت کریں ورنہ اگر یہ بڑے بوڑھے مر گئے جن کو مونی کنک کے بارے میں علم ہے تو بعد کی نسلوں کو یہ اگانے کے لیے دانہ کہیں سے نہیں ملے گا۔ یہ بہت اہم بات ہے آنے والی نسلوں تک آپ کی یہ نیکی جائے گی۔ اس کی روٹی میٹھی اور دیر تک تازہ رہنے والی روٹی ہے۔

حساب دانوں کی یکساں خصوصیت: باہر کے ملکوں میں اور ہمارے ہاں بھی ہر فرم میں ایک شعبہ ہوتا ہے جسے اکاؤنٹس ڈیپارٹمنٹ کہتے ہیں۔ میں نے بہت سے اکاؤنٹس ڈیپارٹمنٹ دیکھیں ہیں ایک چیز میں نے مشترک پائی ہے کہ ان شعبوں میں انڈیا کے وہ علاقے جو سمندر سے قریب ہیں وہاں کے لوگ بہت اچھے طریقے سے اور اچھی پوسٹوں پر کام کرتے ہیں میں نے اس کے بارے میں تحقیق کی اور معلوم ہوا کہ یہ سب افراد بچپن میں مچھلی کا تقریباً روزانہ استعمال کرتے تھے۔ اکاؤنٹس کی تمام کتابیں انڈیا کے ان علاقوں کے افراد کی لکھی ہوئی ہیں اور بڑے بڑے بینکوں میں بعض پاکستانی اچھی پوسٹوں پر کام کرتے ہیں۔ ان کے بارے میں آپ تحقیق کریں تو معلوم ہوگا کہ السی کی پنیاں اور مچھلی کا زیادہ استعمال ان کے بچپن میں ہوتا تھا۔ مچھلی کے تیل کی گولیاں بھی بہت مفید ہیں۔

تکوزہ یا لابسٹر کیا ہوتا ہے؟ سمندر میں ایک جانور ہوتا ہے جسے لابسٹر کہتے ہیں۔ کراچی میں بھی شاید ملتا ہو اس کے کھانے سے ریفلکسس بہت تیز ہو جاتے ہیں آدمی فوراً فیصلہ کرنے والا ہو جاتا ہے، جس کے بہت فائدے ہیں۔ بعض ملکوں میں عمر رسیدہ مرد جو کثیر الازواج ہیں وہ اس سمندری جانور کے سہارے خوش وخرم ہیں۔

ٹیٹری ایک پرندہ ہے: مگر میں نے اس کو پرندے کی نظر سے بہت کم دیکھا ہے یہ چلتا پھرتا محکمہ موسمیات اور ماہر ارضیات ہے ہمیشہ درخت کی بجائے زمین میں گھر بناتا ہے اور جس طرح گھر بناتا ہے اس کو دیکھ کر اللہ یاد آتا ہے اور پھر اس کی کئی آوازیں ہیں باریک اور جلدی جلدی بولنے کا مطلب ہے کہ زمین میں زلزلہ موجود ہے، آہستہ اور رک رک کر گانے میں بارش کی خبر ہوتی ہے، اولوں کی آواز اور ہے۔ یعنی ہر طرح سے یہ آگاہ کرتا ہے کہ کیا ہونے والا ہے۔

میں نے زیادہ تر علم مرغیوں سے لیا ہے: میں انتہائی کم علم آدمی ہوں اور میں نے مرغیوں سے بہت کچھ سیکھا ہے جو سیکھا ہے آپ کو بہت مختصر بتاتا ہوں۔ گولڈن اور مصری مرغی اور فارمی مرغی کے انڈے معاشرے میں بے شرمی اور خواتین میں جلد بلوغت کی وجہ ہیں۔ جب کہ دیسی اور اصیل مرغیوں کے انڈے انسانی نفسیات میں شرم کے پہلو میں کسی قدر اضافے کا باعث ہیں۔

سبزیوں کے بارے میں میری معلومات: ٹماٹر وہ بہتر ہے جو نیچے سے نوک دار ہوں، پالک وہ جو چھوٹے پتے رکھتی ہو۔ پیاز چھوٹے سے چھوٹا ورنہ سبز پیاز، دالیں وہ جو سائز میں چھوٹی ہوں، سرخ لوبیا وہ جو ایک جیسا نہ ہو۔ مچھلی وہ جسکا نام گلفام ہو۔ مسواک وہ جو تمبر کی ہو یہ صرف کشمیر میں ملتی ہے اور ٹوتھ پیسٹ سے زیادہ تیز ہوتی ہے اس کے دانوں کی چٹنی بھی بنتی ہے یہ مسواک منہ میں کوئی بیماری مشکل ہی سے آنے دیتی ہے۔

مذہب کے بارے میں: آیت الکرسی ہر نماز کے بعد۔ سجدے کی حالت میں ۹۰ مرتبہ الحمد شریف سجدے کی حالت میں ہر قسم کی جائز خواہش دل میں رکھ کر کی جائے تو انشاء اللہ پوری ہوگی۔ اوپر بیان کردہ تمام تجربات ذاتی ہیں اگر وقت ملا تو پھر کبھی اور بھی لکھ دوں گا۔ اب تو ہر طرف شہر ہی شہر ہے اور پرانا ماحول ختم ہو گیا ہے جس چیز نے تمام بیماریوں سے شفا دی مذہب تھا، کھلی ہوا تھی، دیسی سبزیاں تھیں، لوگوں کی نیتیں درست تھیں، ٹھنڈے گھر تھے، ہر گھر میں پودے اور درخت تھے اور اب یہ سب ختم ہوتا جا رہا ہے اللہ آپ کو خوش رکھے اور کام کرتے رہنے کی توفیق دیں۔

بچوں کی ذہانت میں اضافہ کیجیے: ایک جدید تحقیق کے مطابق مچھلی کے تیل کی گولیاں، اخروٹ اور السی کے بیج بچوں میں بڑھنے کی طلب میں براہ راست اضافے کا باعث ہیں اپنے معالج سے مشورے کے بعد استعمال کریں اور اس کے نتائج خود ملاحظہ کریں۔ اچھے کاغذی اخروٹ مارکیٹ میں -/120 روپے فی کلو دستیاب ہیں السی -/20 روپے کی پورا سیزن کافی ہے

مختلف بیماریوں کا علاج: دوپہر کے کھانے میں اگر پودینے، ادرک، انار دانے کی چٹنی کا استعمال کیا جائے تو بلڈ پریشر اور کولیسٹرول اور شوگر کے لیے نہایت مفید ہے۔ پودینہ تیز خوشبو والا ادرک بغیر دھلا (کیونکہ صاف ستھرا، ادرک تیزاب سے دھویا جاتا ہے اور دوران صفائی تیزاب اس کے اندر چلا جاتا ہے اور یہ انتہائی باعث نقصان ہوتا ہے) اور انار

قبض سے نجات ممکن ہے: سونف اور گل قند ملا کر کھائیے قبض کا خاتمہ ہو جائے گا

دانہ صاف ہو تو یہ چٹنی کارگر ثابت ہوتی ہے۔ ہاں ذائقے کے لیے آپ مرچ اور نمک ڈال سکتے ہیں

پانی سے پھیلنے والی بیماریوں سے بچاؤ: پانی سے پیٹ کی لاتعداد بیماریاں ہمارے معاشرے میں موجود ہیں اور بہت سے لوگ ڈاکٹروں کے پاس صرف خراب پانی پینے کے باعث جاتے ہیں اور کسی طور پر ان بیماریوں پر فی الحال قابو نہیں پایا جاسکا۔ اس کا ایک آسان علاج یہ ہے کہ آپ ہر رات سبز قہوہ بغیر سفید چینی کے (شکر ملا سکتے) ہیں، استعمال کریں ان شاء اللہ آپ کو پانی کے باعث ہونے والی پیٹ کی بیماریوں سے نجات مل جائے گی۔

مچھلی کا استعمال خوراک میں زیادہ رکھیں: مچھلی کے گوشت میں وہ اجزاء زیادہ ہوتے ہیں جو آپ کے اعصاب اور ریفلکسز کو تیز کرتے ہیں۔ مگر مچھلی میں موجود کانٹوں کی وجہ سے ہم بچوں کو مچھلی نہیں دیتے۔ اگر آپ مچھلی (سلور) خریدیں تو اس میں موٹے کانٹے ہوتے ہیں جو آسانی سے نکل جاتے ہیں۔

بند گوبھی اور بینگن کا استعمال: ان دونوں سبزیوں کا استعمال سرطان سے بچاؤ کے طور پر بھی کیا جاسکتا ہے۔ اس لیے اسے بھی اپنی خوراک کا اہم حصہ بنائیں اور کلونجی ہر سالن میں ڈالیں۔ یہ بھی بہت بیماریوں کے لیے شفا ہے۔

جوہر شفائے مدینہ کے کرشمات

(محمد ثناء اللہ۔ جہانیاں منڈی)

صرف نام ہی نہیں بلکہ اس میں وہ وہ جواہر پوشیدہ ہیں کہ جہاں تک انسان کی رسائی ناممکن ہے۔''

بندہ خود حکمت پر یقین نہیں رکھتا تھا کیونکہ میں خود ایک پرائیویٹ میڈیکل کمپنی میں ملازم تھا اور اس میں روبروز نئی تحقیقات آتی رہتی تھیں۔ مجھے معدہ کا کافی عرصہ سے مسئلہ تھا۔ کبھی قبض اور کبھی پتلے پاخانے جسے میڈیکل میں (I.B.S) کہتے ہیں۔ معدہ تیزابیت سے بھرپور رہتا تھا۔ جس کے لیے مختلف ڈاکٹر حضرات کے کہنے پر (Omeprozole) (Lanseprozale) (Peratentazole) اور (Dompexidoxe) جیسی مہنگی گولیاں بھی کھائیں۔ مگر کوئی فائدہ نہ ہوا۔ بغیر کسی مبالغہ آرائی کے ''جوہر شفائے مدینہ'' کی پہلی خوراک لی اور حیرت انگیز فائدہ حاصل ہوا بلکہ اس کے ساتھ ساتھ میں نے جسے بھی یہ تحفہ دیا وہ شفایاب ہوا الحمد للہ۔ میں نے اپنے ہمسایہ کو بھی یہ دوا دی جو کہ کافی عرصہ سے ریح کے مسائل سے دوچار تھا۔ جس کی وجہ سے اس کا بدن ہر وقت دکھتا رہتا تھا۔ اس نے ازراہِ مذاقاً ''شفائے مدینہ'' کی ایک خوراک لی اور فائدہ حاصل کیا۔ میری استدعا ہے کہ جوہر شفائے مدینہ ہر گھر کی ضرورت اور باعث برکت ہے۔ بلکہ میں تو یہ بھی کہوں گا کہ ''شفائے مدینہ'' سوائے موت کے ہر مرض کا شافی علاج ہے۔

پھل آڑو

(عبدالغفور کنول۔ چک نمبر 274/HR فورٹ عباس)

آڑو پھل ہونے کے ساتھ ساتھ موسم گرما میں ہونے والی متعدد ایک خوش ذائقہ دوا بھی ہے۔ اس کو اردو میں ''آڑو'' عربی میں ''خوخ'' اور انگریزی میں ''Peach'' کہتے ہیں اس پھل کا مزاج سرد ہے اور اس کا کام شدت گرمی سے پیدا شدہ گرمی اور جسم کی حدت کو دور کرنا ہے۔ یہ وٹامن A.B اور C سے مالا مال ہے۔ اس میں فولاد کیلشیم، اور فاسفورس کے بھی اجزاء ہوتے ہیں۔ یہ بیک وقت غذا اور جسمانی امراض کے لیے پرتاثیر دوا کی بھی خاصیت رکھتا ہے۔ اگر لُو چل رہی ہو تو اس کا استعمال طبیعت کو تسکین اور جسم کو گرمی سے محفوظ رکھتا ہے۔ جسم میں صاف خون پیدا کرتا ہے۔ خون کی تیزابیت دور کرکے ہائی بلڈ پریشر اور جلدی امراض سے محفوظ رکھتا ہے خون کی گردش میں اہم کردار ادا کرتا ہے اور خون کی گردش میں اہم کردار ادا کرنی والی رگوں کی سختی دور کرکے انہیں نرم کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اس میں جراثیم کش اثرات بھی پیدا کیے ہیں۔ دھوپ کی شدت اور آندھیوں کے جھکڑ چلنے سے جب غذائی نالی میں سوزش پیدا ہو جائے تو آڑو کے استعمال سے درست ہو جاتی ہے۔ آڑو کا چھلکے سمیت استعمال زود ہضم اور قبض کشا ہے آڑو کے ساتھ شہد یا ادرک کا مربہ بھی استعمال کرسکتے ہیں۔ آڑو کی کئی اقسام ہیں۔ تاہم ''ٹکی آڑو'' کو عمدہ اور مزیدار قرار دیا جاتا ہے۔ آڑو کی یہ قسم خوبانی کی طرح نرم اور رسیلی ہوتی ہے۔ آڑو کو گرمیوں میں بہترین پھل مانا جاتا ہے۔

جوڑوں کے درد کا علاج

(مرسلہ: حاجی صاحب، پیپلز کالونی نمبر 1 فیصل آباد)

نسخہ نمبر 1: کدوکش کی ہوئی تازہ ادرک کو ایک پیالی ابلتے پانی میں ملا کر پینے سے گنٹھیا کا درد ختم ہو جاتا ہے اور طبیعت میں تازگی آجاتی ہے۔ تھرماس میں چائے کی طرح بنا کر رکھ لیں اور دن میں تین دفعہ استعمال میں لائیں۔

نسخہ نمبر 2: (۱) اسگند (۲) سورنجان (۳) اسپند (۴) خولنجان۔

چاروں اشیاء ہم وزن لیکر سفوف بنالیں ایک چائے کا چمچہ صبح و شام پانی سے لیں کھانا کھانے کے بعد انشاء اللہ ایک ہفتہ کے استعمال کرنے پر جوڑوں کے درد ختم ہو جائیں گے۔

شب کوری کے لیے

(صوفی محمد اقبال صاحب۔ سرائے عالمگیر گجرات)

(1) نزول الماء شب کوری کے لیے: ہینگ اور شہد والا سرمہ آنکھ میں ڈالتے رہیں اور یہ معجون بنا کر چار ماشہ صبح نہار منہ، چار ماشہ رات سوتے وقت کھائیں۔

ہینگ خالص 2 تولے۔ سونٹھ دو تولے۔ وج 2 تولے۔ افیون خالص 6 ماشے۔ چاروں اشیاء باریک پیس چھان کر ایک پاؤ شہد خالص ملا کر صبح شام یہ معجون کم از کم 2 ماہ یہ کھائیں۔

(2) یہ بھی نسخہ شب کوری کے لیے مفید ہے:

(i) شہد خالص (ii) پیاز کا پانی (iii) سیاہ بکری کے جگر کا پانی تینوں ہم وزن ملالیں۔ ترکیب دن میں تین چار مرتبہ آنکھوں میں لگائیں، شب کوری کی شکایت دور ہوگی۔ رات کو بھی دن کی طرح دکھائی دے گا۔ ان شاء اللہ

خونی وبادی بواسیر کے لیے

بواسیر بادی و خونی کے لیے شہد خالص لیکر اس کے ساتھ سفوف کرنجوہ ایک ماشہ ملا کر چاٹیں دوسرے روز دو ماشے۔ تیسرے روز تین ماشے حتیٰ کہ گیارہویں روز گیارہ ماشہ شہد میں ملا کر چاٹیں۔ یعنی ایک ماشہ سے سفوف شہد میں شروع کریں روزانہ ایک ماشہ بڑھاتے جائیں حتیٰ کہ گیارہویں روز گیارہ ماشہ سفوف شہد خالص میں ملا کر چاٹنا ہوگا۔ بارہویں روز ایک ماشہ گھٹا کر چاٹیں۔ بارہویں روز دس ماشے۔ تیرہویں روز نو ماشے چودہویں دن آٹھ ماشے پندرہویں دن سات ماشے سولہویں دن چھ ماشے ستارہویں دن پانچ ماشے اٹھارہویں دن چار ماشے انیسویں دین تین ماشے بیسویں دن دو ماشے اور اکیسویں دن ایک ماشہ ملا کر استعمال کریں تو ان شاء اللہ بواسیر خونی و بادی دونوں جڑ سے ختم ہو جائی گی۔ یہ نسخہ شائع کرکے ایسے بیمار مریض کی مدد کرنا صدقہ جاریہ ہے اور عبقری کا مقام اونچا ہوگا۔ رزق اللہ کے ہاتھ میں ہے، کر بھلا ہو بھلا۔

رسالے کا تبادلہ
اطلاع عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

غموں کا علاج ۞ آنکھوں کے مرض سے نجات ۞ مشکلات کا حل ۞ قرض سے خلاصی

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تا کہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

غموں کا علاج سورہ یسٰین سے

یہ سورۃ قرآن مجید کا دل ہے۔ اس کے فضائل بے شمار ہیں۔ جو شخص اپنے رب کی رضا کے لیے اس کو پڑھے گا۔ وہ بخشا جائے گا۔ اس کی تلاوت سے غم اور برائیاں دور ہوتی ہیں جو شخص صبح کے وقت اسے پڑھے گا۔ اس کی دن بھر کی حاجتیں پوری ہوں گی۔ مریض کے پاس پڑھنے سے اسے شفا ہوگی، حالت نزع میں اس کے پاس پڑھنے سے جان کنی میں آسانی ہوگی۔ حصولِ برکت اور کشائشِ رزق کے لیے اس کی تلاوت فائدہ مند ہوگی۔

آنکھ کے مرض سے نجات سورۃ الرحمٰن سے

قرآن مجید کی زینت سورۃ الرحمٰن ہے۔ آنکھ کے مرض اور طحال (تلی) کی تکلیف کو دور کرنے کے لیے مریض پر پڑھ کر دم کریں تو شفا حاصل ہوگی روزانہ پڑھنے سے قیامت کے روز چہرہ چاند کی طرح چمکے گا۔

مشکلات کا حل سورۃ مزمل سے

اس کو پڑھنے سے تمام مشکلات حل ہو جاتی ہیں۔ کشائش رزق کے لیے بہت مفید ہے۔ اس سورۃ کو پڑھ کر حاکم کے پاس جائیں تو حاکم مہربان ہوگا۔

رزق کی تنگی ختم سورۃ واقعہ سے

حضرت عبداللہ بن مسعودؓ سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا جو شخص ہر رات سورۃ واقعہ پڑھے گا اسے کبھی رزق کی تنگی نہیں ہوگی۔

قرض سے خلاصی سورۃ کہف سے

جو شخص مقروض ہو، جمعہ کے روز جمعہ کی نماز کے بعد اس سورۃ کی سات بار تلاوت کرے اور خدا کے حضور دعا کرے تو قرضہ اتر جائیگا۔ جو شخص شب جمعہ میں اسے پڑھے گا اسے ایسا نور عطا ہوگا جو بیت اللہ شریف تک پہنچے گا اور اس کے سارے گناہ معاف ہو جائیں گے۔

عذاب قبر سے نجات سورۃ ملک سے

قبر آخرت کی پہلی منزل ہے جہاں سے انسان کے اچھے اور برے اعمال کے نتائج ظاہر ہونا شروع ہو جاتے ہیں یہی وجہ ہے کہ آپ ﷺ نے روز جزا کے احتساب کے ساتھ ساتھ عذاب قبر سے بچنے کی مختلف صورتیں بتائی ہیں۔ قبر کے عذاب سے بچنے کے لیے آپ نے سورۃ ملک کی تلاوت کو اکسیر قرار دیا ہے۔ حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا ہے ایک آدمی کا انتقال ہو گیا۔ اس نے سورۃ ملک زبانی یاد کر رکھی تھی۔ جب اسے قبر میں دفن کیا گیا تو عذاب کے فرشتے آئے۔ سورہ ملک نے ان کو عذاب قبر سے باز رکھا اور اللہ تعالیٰ کے دربار میں التجا کی۔ یا رب یہ مردہ دنیا میں مجھے پڑھا کرتا تھا۔ میں اس کے دل میں ہوں اگر تو اسے عذاب دینا چاہتا ہے تو مجھ کو قرآن پاک سے مٹا دے۔ اللہ تعالیٰ فرمائیں گے تو غصے میں آگئی ہے۔ سورۃ کہے گی اس کے بارے میں مجھے غصہ آنے کا حق ہے۔ حکم ہوگا جا میں نے میت کو تیرے حوالے کیا اور تیری شفاعت قبول کی۔ یہ سورۃ عذاب کے فرشتے کو میت سے دور رکھے گی۔ عذاب قبر سے بچنے کے لیے یہ سورۃ عشاء کی نماز کے بعد ہر روز پڑھ کر سوئیں۔ (مراسلہ: راجہ سعد خالد۔ سرگودھا)

بنفشی قہوہ (ہر موسم اور ہر عمر میں یکساں مفید)

صدیوں سے آزمودہ یہ قہوہ پرانی اور لا علاج کھانسی، الرجی، ریشہ، بلغم، دمہ، ناک بہنا، دماغی دباؤ بوجھ اور جکڑن کے لیے سالہا سال سے آزمودہ ہے۔ پرانا دمہ، پرانا نزلہ، دائمی زکام اور ریشہ بچوں بڑوں کے لیے جس موسم میں ہو نہایت لاجواب ہے۔ بدذائقہ نہیں بہترین فوائد ہیں۔ جن لوگوں کو بلغم الرجی اور کھانسی زکام نے عاجز کر دیا ہو وہ اسے مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ مزے کی بات یہ ہے کہ بے خوابی نیند کی کمی، دماغی خشکی، معدے کی تیزابیت، جلن کے لیے لاجواب چیز ہے۔ مزید دماغی کمزوری یاداشت کی کمی اور نگاہ کی کمی کو بھی لازوال فائدہ دیتا ہے۔ اگر شفاء حیرت سیرپ بطور میٹھے کے استعمال کریں تو فوائد میں چار چاند لگ جائیں گے ورنہ بغیر سیرپ کے بھی اکیلا لاجواب فوائد رکھتا ہے

ترکیب :۔ ڈیڑھ کپ پانی میں چھوتھائی چمچ چائے والا ڈال کر اُبالیں جب ایک کپ بچے چھان کر ہلکا میٹھا ملائیں یا نہ ملائیں چسکی چسکی پئیں دن میں 3 سے 4 بار۔

ڈبی کی قیمت -/100 روپے، علاوہ ڈاک خرچ، تقریباً ایک ماہ کی دوا۔

مجذوبی مرکزِ روحانیت و امن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس' مسنون ذکر خاص' مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنٰی اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصراً اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

خالد محمود، بہاولپور۔ وسیم احمد، وہاڑی۔ طلعت کوثر، کراچی۔ عارفہ مظہر، کوئٹہ۔ باری خان، ملتان۔ عبدالواسع خان، حاصل پور۔ مسز رشید احمد، بوسٹن امریکہ۔ کمال احمد ہاشمی، ڈنمارک۔ میاں طارق منصور، گجرات۔ فضل حق، پشاور۔ احمد حسین طاہری، کوئٹہ۔ رافیہ، دنیاپور۔ صدف، فیصل آباد۔ نعیم احمد، اٹک۔ محمد اقبال احمد کھوکھر، کلورکوٹ۔ فیصل حیات فاروقی، جھنگ۔ خدیجہ نثار، کہوٹہ۔ وقار احمد، میلسی۔ محمو یونس، چیچہ وطنی۔ طارق احمد چتر، راجن پور۔ محمد عقیل، ڈیرہ غازی خان۔ عفت رسول، رحیم یار خان۔ عظمی لطیف، احمد پور شرقیہ۔ ڈاکٹر مہر النساء، کراچی۔ پروفیسر طاہر لطیف، لاہور۔ مصباح علی غلام، کراچی۔ امتیاز احمد تنویر، بنوں۔ آمنہ عباس، کوہاٹ۔ عالم زیب صفدر، گوجرانوالہ۔ صداقت حسین، کوئٹہ۔ عبدالقادر، لندن۔ قاسم جاوید، جدہ۔ ام کلثوم، کینڈا۔ سید بابر علی، اوسلو ڈنمارک۔ سید فیضان عارف، اوکاڑہ۔ ڈاکٹر نگہت زمان، چوکی۔ پروفیسر ڈاکٹر وقار الحق، پشاور۔ مریم، قلات۔ عبدالواحد۔ غلام مصطفیٰ، مظفرگڑھ۔ محمد عظمت محمود، راولپنڈی۔ ندیم اختر۔ محمد اشرف سمون، سندھ۔ وسیم احمد۔ سید انور علی۔ سید فراز۔ سیدہ بشعرہ۔ عقیلہ بیگم۔ امبرین کاشف۔ شہباز مظفر۔ محمد عباس۔ سکینہ ریاض۔ عبدالکریم۔ مس صفورا سلطانہ۔ ناصر علی خان، سوات۔ آصف نذیر۔ آصف نذیر۔ عبدالمنان، کوہاٹ۔ محمد صادق، لورالائی۔ عابد حسین، ٹنڈو آدم۔ محمد سلیم، خیر پور۔ سلمان خان، گوجرانوالہ۔ بشیر احمد، راولپنڈی۔ واصف علی، لندن۔ کوثر پروین، کراچی۔ کوثر شاہین، ہارون آباد۔ مستری محمد تاج، جہلم۔ علی، کینڈا۔ عصمت آراء، دبئی۔ محمد سلیم ارائیں، محراب پور۔ خالدہ یسمین، میانوالی۔ اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکتے۔

(بقیہ: پیٹھا زہروں کا تریاق)

☆ پیشاب کی جلن کو ختم کرنے میں پیٹھا اکسیر کا درجہ رکھتا ہے ☆ مثانہ کی گرمی کو دور کر دیتا ہے ☆ پیٹھا خفقان کو دور کرتا ہے اور جریان خون میں پیٹھے کا رس استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے ☆ اس کو مٹھائی یا سالن دونوں صورتوں میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ذیابیطس کے مریض مٹھائی یا مربہ کی بجائے اسے بطور سالن استعمال کر کے فائدہ اٹھائیں اور سرخ مرچ کی بجائے کالی مرچ استعمال کریں ☆ **احتیاط:** سرد مزاج والے حضرات کیلئے پیٹھا کی مٹھائی، مربہ یا سالن کسی صورت میں بہتر نہیں ہے کیونکہ اس کا اپنا مزاج بھی سرد تر ہے۔ البتہ مربہ یا سالن کسی صورت میں بہتر نہیں ہے کیونکہ اس کا اپنا مزاج بھی سرد تر ہے۔ البتہ ادرک سے اس کے مزاج میں کچھ فرق ہوسکتا ہے۔ اس میں گوشت اور گرم مصالحے ملانے کے بعد سالن کھایا جاسکتا ہے۔

(بقیہ: جمادی اولائی میں نیکیوں کی برسات)

اِنَّکَ اَنْتَ الْعَزِیْزُ الْحَکِیْمُ ○ وَقِهِمُ السَّیِّاٰتِ ط وَ مَنْ تَقِ السَّیِّاٰتِ یَوْمَئِذٍ فَقَدْ رَحِمْتَه‘ ط وَذٰلِکَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِیْمُ○

(المؤمن: ۴۰) اے ہمارے پروردگار! تیری رحمت اور تیرا علم سب چیزوں پر حاوی ہے، تو جو لوگ توبہ کرتے اور تیری راہ پر چلتے ہیں ان کو بخش دے اور ان کو دوزخ کے عذاب سے بچا اور اے ہمارے پروردگار ان کو ہمیشہ رہنے والی جنتوں میں داخل کر جن کا تو نے ان سے وعدہ فرمایا ہے اور ان کے باپ دادا اور ان کی بیبیوں اور ان کی اولاد میں سے جو نیک ہوں ان کو بھی۔ بیشک تو ہی زبردست (اور) حکمت والا ہے اور ان کو (قیامت کے دن) خرابیوں سے محفوظ رکھ اور جس کو تو اس دن خرابیوں سے محفوظ رکھے گا تو اس پر تو نے بڑا رحم کیا اور یہی تو بڑی کامیابی ہے۔

(بقیہ: جدید دور کے قبرستان اور ہماری ذمہ داری)

بسنت پر مسجدوں کا اور مذہب کا جو مذاق اڑایا گیا وہ آپ سب نے دیکھا ہوگا۔ حیران ہوں کہ اب مسلمانوں کو کیا ہوگیا ہے کہ پڑوس میں کوئی مر جاتا ہے اور مرحوم کی میت ابھی گھر میں ہوتی ہے اور ساتھ والے گھروں سے فلمی گانوں کا شور و غل اٹھ رہا ہوتا ہے۔ یہ سب کچھ اسلامی مملکت میں ہو رہا ہے۔ کیا اب اسلام کو کوئی خطرہ نہیں؟ میرا خیال ہے کہ اسلام کو ان کافرانہ ہلڑ بازیوں سے کوئی خطرہ نہیں کیونکہ ہم نے اسلام کو زندہ ہی کہاں رہنے دیا ہے۔

(بقیہ: چہرے کو تادیر خوبصورت رکھنے کے گر)

پھر گرم پانی سے اچھی طرح دھو کر سرد پانی کے چھینٹے ماریئے۔ میک اپ سے پہلے ہمیشہ کوئی ایسی چیز ضرور لگایئے جس سے جلد کے مسامات تنگ ہو جائیں اور اس کا تناؤ بڑھ جائے۔ میک اپ کریم اور چکنائی کے بغیر کریں۔ بار بار منہ دھونے میں جب بھی میک اپ کو تبدیل کرنے کی ضرورت پیش آئے تو میک اپ سے پہلے چہرہ کو صاف کپڑے سے پونچھ لیجئے تاکہ زائد رطوبت اور چکنائی صاف ہو جائے۔ گلاب میں یا کسی خالص لوشن میں روئی تر کر کے صاف کرنا بھی بہتر ہے۔ رات کو کریم صرف آنکھوں اور گلے کے اردگرد جلد کے خطوط کو ہموار کرنے کے لیے لگایئے اور کہیں نہیں۔ اگر آپ کی جلد بہت چکنی ہے اور اس کے مسامات بہت کھلے ہیں تو رات کو سوتے وقت کوئی اسٹرنجٹ لوشن یا کافور کا ہلکا لوشن لگانا عارضی طور پر مفید ہے۔ بڑے مسامات کو چھوٹے کرنے کا کوئی مستقل علاج نہیں ہے اور ایسے مسامات کے مستقل علاج کی فکر نہ کریں۔ بہت چکنی جلد والوں کے لیے متوازن غذا بڑی اہمیت رکھتی ہے۔ بہت چٹ پٹی اور چکنی چیزوں سے پرہیز کریں۔ تازہ پھل اور سبزیاں بقدر ہضم خوب استعمال کریں۔ خصوصاً پالک، کرم کلہ، گاجر اور کھیرا ککڑی وغیرہ روزانہ گرم پانی میں لیموں کا رس ڈال کر پیجئے اور اگر دانے یا داغ نمودار ہوں تو زائد وٹامن کی گولیاں استعمال کریں۔

(بقیہ: مردانہ ہارمونز کے زندگیوں پر مختلف اثرات)

جب کہ بعض محققین کے مطابق یہ تبدیلیاں خون کی روانی میں کمی اور نفسیاتی و سماجی تبدیلیوں کا نتیجہ بھی ہوتی ہیں، اس لیے ۵۰ سال کی عمر میں آنے والی ان تبدیلیوں کو محض ٹیسٹوسٹیرون کی کمی قرار دینا درست نہیں۔

دیکھا یہ جاتا ہے کہ جو لوگ ادھیڑ عمر میں بھی جوانی کی عمر کا وزن برقرار رکھتے ہیں ان میں اس ہارمون کی سطح کم نہیں ہوتی البتہ معیار سے زیادہ وزنی ہونے والے افراد میں یہ ہارمون کم ہو جاتا ہے۔ انسانوں اور حیوانوں پر ہونے والے تجربات سے بھی ثابت ہوا ہے کہ ٹیسٹوسٹیرون کے استعمال سے ان کے مزاج میں غصہ بڑھ جاتا ہے بلکہ آختہ شدہ (خصی) جانور بھی اس کی وجہ سے بکری سے شیر بن جاتے ہیں۔ اسی طرح ایک تجربے میں دواؤں کے ذریعے سے مردوں میں اس کی سطح کم کرنے کی وجہ سے ان کی مردانہ صلاحیت میں کمی آ گئی، لیکن محض ۲۰ فی صد ٹیسٹو سٹیرون دینے سے یہ توانائی بحال ہوگئی۔ ایک مطالعے سے یہ بھی ثابت ہوا کہ ٹیسٹوسٹیرون کی زیادہ سطح والے افراد زیادہ تشدد پسند ہوتے اور دوسروں پر چھا جانے کی کوشش کرتے ہیں۔ کھیلوں کے مقابلوں میں جن کھلاڑیوں میں اس ہارمون کی سطح زیادہ رہتی ہے۔ وہ بالعموم زیادہ انعامات حاصل کرتے ہیں۔ ویسے اس میں تربیت و مہارت کو نظر انداز نہیں کیا جاسکتا۔ ذہنی کھیلوں شطرنج وغیرہ میں بھی یہی کچھ ہوتا ہے۔ اس کے برخلاف ایک محقق کا موقف کہ جسم میں اس کی کمی سے لوگ زیادہ تشدد پسند ہو جاتے ہیں اور جب انہیں اس کی اضافی خوراک دی گئی تو ان کا غصہ اور تشدد کم ہو گیا اور وہ خود کو بہتر محسوس کرنے لگے۔ اس ہارمون کے استعمال سے سماجی مسائل بھی پیدا ہوسکتے ہیں۔ بڑھی ہوئی جنسی بھوک کئی مسائل کو جنم دے گی۔ مغرب میں خاندان کا ادارہ ویسے ہی تباہی کے کنارے آ لگا ہے، بے وقت کی جوانی کی ترنگ اور مزاجوں کی برہمی سے اس اہم انسانی ادارے کو ناقابل تلافی نقصانات پہنچ سکتے ہیں۔ حرص و ہوس کی یہ عادت مفید کم اور مضر زیادہ ثابت ہوسکتی ہے

تین بڑی مصیبتیں

(آر۔ ابو لبیب شاذلی)

میں نے توشہ دان میں سے دوسو وسق یعنی ایک ہزار پچاس من سے بھی زیادہ کھجوریں کھائی ہیں

حضرت ابوہریرہؓ فرماتے ہیں اسلام میں مجھ پر تین ایسی بڑی مصیبتیں آئی ہیں کہ ویسی کبھی بھی مجھ پر نہیں آئیں۔ ایک تو حضور ﷺ کے وصال کا حادثہ کیونکہ میں آپ ﷺ کا ہمیشہ ساتھ رہنے والا معمولی سا ساتھی تھا۔ دوسرے حضرت عثمانؓ کی شہادت کا حادثہ، تیسرے توشہ دان کا حادثہ، لوگوں نے پوچھا اے ابوہریرہؓ! توشہ دان کے حادثے کا کیا مطلب ہے؟ فرمایا ہم ایک سفر میں حضور ﷺ کے ساتھ تھے۔ آپ ﷺ نے فرمایا! اے ابوہریرہؓ! تمہارے پاس کچھ ہے؟ میں نے کہا توشہ دان میں کچھ کھجوریں ہیں، آپ ﷺ نے فرمایا، لے آؤ میں نے کھجوریں نکال کر آپ ﷺ کی خدمت میں پیش کر دیں۔ آپ ﷺ نے ان پر ہاتھ پھیرا اور برکت کے لئے دعا فرمائی، پھر فرمایا دس آدمیوں کو بلا لاؤ، میں دس آدمیوں کو بلا لایا، انہوں نے پیٹ بھر کر کھجوریں کھائیں، پھر اسی طرح دس دس آدمی آ کر کھاتے رہے، یہاں تک کہ سارے لشکر نے کھا لیا اور توشہ دان میں پھر بھی کھجوریں بچ رہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا! اے ابوہریرہؓ! جب تم اس توشہ دان میں سے کھجوریں نکالنا چاہو تو اس میں ہاتھ ڈال کر نکالنا اور اس کو الٹانا نہیں۔ حضرت ابوہریرہؓ فرماتے ہیں میں حضور ﷺ کی ساری زندگی میں اس میں سے نکال کر کھاتا رہا پھر حضرت ابوبکرؓ کی ساری زندگی میں اس میں سے کھاتا رہا پھر حضرت عمرؓ کی ساری زندگی میں کھاتا رہا اور حضرت عثمانؓ کی ساری زندگی میں کھاتا رہا پھر جب حضرت عثمانؓ شہید ہو گئے تو میرا سامان بھی لٹ گیا اور وہ توشہ دان بھی لٹ گیا۔ کیا میں آپ لوگوں کو بتا نہ دوں کہ میں نے اس میں سے کتنی کھجوریں کھائی ہیں؟ میں نے اس میں سے دوسو وسق یعنی ایک ہزار پچاس من سے بھی زیادہ کھجوریں کھائی ہیں۔ (حیاۃ الصحابہ جلد ۳ صفحہ ۱۱۷)

نہایت توجہ طلب: جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ (شکریہ)

عمل کے بغیر علم رائیگاں ہے: علم عمل کو آواز دیتا ہے پس اگر وہ جواب دے تو وہ ٹھہرتا ہے ورنہ کوچ کر جاتا ہے

(بقیہ: قارئین کے سوال اور قارئین کے جواب)

عبقری نے مجھے بہت فیض دیا ہے وہ آپ کو اور تمام عبقری کے قارئین کو بتا رہی ہوں۔ سیندور۔ سونا مکھی۔ رال سفید تمام 20،20 گرام بالکل پوڈر کی طرح باریک کرلیں۔ پھر انہیں کڑوا تیل ایک پاؤ ملا کر آگ پر رکھ کر پکائیں۔ پھر گھوٹ کر مرہم بن جائے گی۔ ایڑھیوں پر صبح وشام کو لگائیں۔ (واصفہ جبین۔ قلات) ایڑھیوں پر گاڑیوں میں ڈالنے والا موبل آئل لگائیں وہ بالکل بے ضرر ہے لیکن فائدہ مند ہے۔ (بیگم علی محمد۔ ملتان) ایڑھیوں کے لیے ناف میں تیل لگائیں دن میں دو بار کچھ عرصہ صبر سے لگائیں کوئی بھی تیل (اصغر حسین۔ راجن پور)

☆ **جادو کا خاتمہ:** جادو کے لیے میرا تجربہ ہے اگر آپ ہمت کر کے آیت الکرسی مع تسمیہ سوا لاکھ کرلیں چاہے جتنے دنوں میں بھی چلتے پھرتے کرلیں لاجواب عمل ہے۔ ہمارا خاندانی عمل ہے۔ (سید عارف حسین۔ باغ آزاد کشمیر) ☆ جادو اور خوف کے لیے کسی سے بھی اصحاب کہف کے نام پوچھ لیں۔ وہ نام 41 بار صبح وشام 40 دن پڑھیں۔ آنکھوں سے نظارہ دیکھیں۔ (فوزیہ ناز۔ کوہاٹ)

(بقیہ: موسم گرما میں خربوزہ آپ کا ہمدرد)

(۳۲) خربوزہ بیماری کی حالت میں نہیں کھانا چاہیے کیونکہ یہ بیماری کو بڑھاتا ہے (۳۳) خربوزہ کا زیادہ کھانا گرمی پیدا کرتا ہے (۳۴) درد گردہ کیلئے مغز تخم خربوزہ ایک تولہ، تخم قرطم ایک تولہ، سونف ایک تولہ پانی میں جوش دے کر چھان کر صبح وشام پلانا انتہائی مفید ہے (۳۵) تخم خربوزہ کا مزاج ٹھنڈا ہوتا ہے اور ان سے تیل بھی نکالا جاتا ہے (۳۶) نزلہ اور خشک کھانسی میں مغز تخم خربوزہ، گوند کیکر، مکئی، میدہ تینوں ہم وزن رگڑ کر سفوف بنائیں اور عرق گلاب ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ پانچ گولیاں روزانہ چوسنے سے چار پانچ روز میں صحت ہو جاتی ہے (۳۷) خربوزہ کا مسلسل استعمال گردوں میں جمع شدہ کثافتوں کو خارج کرتا ہے (۳۸) خربوزہ زود ہضم ہوتا ہے۔ اس کے کھانے کے بعد دودھ یا لسی ہرگز نہیں پینی چاہیے (۳۹) خربوزہ دل کو طاقت دیتا ہے (۴۰) یہ مقوی دماغ اور مقوی اعصاب ہوتا ہے۔ اس کی سردائی جو مغز تخم خربوزہ کو رگڑ کر بنائی جاتی ہے ٹھنڈی تاثیر رکھتی ہے۔

(نوجوان، پیار ومحبت کے متلاشی)

پوچھنے کا خوف طاری ہو جاتا ہے۔ اس سے جذباتی گھٹن پیدا ہوتی ہے۔ جو عمر کے ساتھ ساتھ مٹنے کی بجائے شدید ہوتی چلی جاتی ہے۔ وہ جذبات کا اظہار کرنا چاہتا ہے۔ مگر ایک غیبی ہاتھ اس کے دل کو بے رحمی سے گرفت میں جکڑ لیتا ہے اور اس کی زبان کو بھی بند کر دیتا ہے۔ یہ ردعمل زہریلا مواد بن کر اس کے ذہن میں جمع ہوتا رہتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی اس کا جذبہ تجسس اندر ہی اندر گل سڑ جاتا ہے۔ اس سے بعض بچے ضدی اور بعض سڑیل مزاج ہو جاتے ہیں اور بعض بچے گم سم سے ہو جاتے ہیں۔ بچوں کا یہ ردعمل بخار، کھانسی یا زخم کی طرح والدین کو نظر نہیں آتا یا محسوس نہیں ہوتا۔ یہ بچوں کا ایسا مرض ہے جو انہیں اندر ہی اندر کھاتا رہتا ہے اور کسی کو کانوں کان خبر نہیں ہوتی۔ بعض گھرانوں میں میاں بیوی لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں۔ میاں بیوی کو آپس میں لڑنے جھگڑنے کا پورا پورا حق حاصل ہے۔ کئی باتوں میں اختلاف رائے پیدا ہو جاتا ہے۔ جس کے نتیجے میں ترش کلامی تک نوبت آجاتی ہے۔ مگر اس کا اثر بچوں پر ایسا ہوتا ہے جسے بچے صرف محسوس کرتے ہیں، بیان نہیں کر سکتے اور والدین تو کچھ بھی محسوس نہیں کرتے۔

(بقیہ: اللہ کا حصہ)

جم رون کی بات نے مجھے نیا راستہ دکھایا۔ میں نے صدقے اور خیرات کی نظر سے اقوام عالم کا مطالعہ شروع کر دیا۔ مجھے یہ جان کر بڑی حیرت ہوئی کہ تمام مذاہب نہ صرف صدقے اور خیرات کی حقانیت کو تسلیم کرتے ہیں بلکہ وہ لوگوں کو اس کی تلقین بھی کرتے ہیں۔ مجھے معلوم ہوا دنیا کے تمام یہودی اپنی آمدنی کا پندرہ فیصد حصہ ایک ایسے فنڈ میں جمع کراتے ہیں جو بعد ازاں غریب، مسکین اور بیمار یہودیوں کے کام آتا ہے۔ اس فنڈ سے یہ لوگ طالب علموں کو تعلیم دیتے ہیں، بیماریوں کا علاج کرتے ہیں، بوڑھوں کے ہاسٹل چلاتے ہیں اور بیمار جانوروں کے ہسپتال بناتے ہیں۔ مجھے یہ جان کر حیرت ہوئی کہ اس وقت تک 161 یہودیوں نے نوبل انعام حاصل کیے۔ ان 161 نامور لوگوں میں سے 78 سائنس دان ایسے تھے، جنہوں نے اسی فنڈ کی مدد سے تعلیم حاصل کی تھی۔ مجھے یہ جان کر حیرانی ہوئی یہودی اس فنڈ سے اس وقت دنیا کے 23 بڑے ہسپتال اور 16 یونیورسٹیاں چلا رہے ہیں۔ یہ یونیورسٹیاں ہر سال 23 ہزار یہودیوں کو اعلیٰ تعلیم دیتی ہیں۔

عجیب بات ہے مغرب نے تجربوں سے اسلام کے اصول سیکھ لیے جبکہ ہم لوگ جن کے پاس اللہ تعالیٰ کے احکام براہ راست پہنچے تھے ہم نے ان اصولوں کو طاق میں سجا دیا، شاید یہی وجہ ہے آج اللہ کی راہ میں خرچ کرنے والے بے دین لوگ ہم باایمان لوگوں پر سوار ہیں، آج امریکا آقا اور عالم اسلام غلاموں کی زندگی گزار رہا ہے۔

جم رون نے کہا تھا: ''جب تک آپ اپنی آمدنی سے اللہ تعالیٰ کا حصہ نہیں نکالتے آپ خوشی اور کامیابی حاصل نہیں کرسکتے۔''

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسنِ سلوک)

اور آپ ﷺ یہ آیت پڑھ رہے تھے: ﴿ **اِنَّ اللّٰهَ يَاْمُرُكُمْ اَنْ تُؤَدُّوْا الْاَمَانَاتِ اِلٰى اَهْلِهَا** ﴾ ترجمہ ''اللہ تم کو حکم دیتا ہے کہ امانتیں ان کے اہلوں کے سپرد کرو'' اس وقت آپ کے چچا زاد بھائی اور داماد سیدنا حضرت علیؓ کھڑے ہوگئے اور عرض کیا: ''یارسول اللہ ﷺ! اللہ کی رحمت آپ ﷺ پر ہو، ہم بنو ہاشم کو پہلے سے زائرین کعبہ کو پانی پلانے (سقایہ) کی خدمت حاصل ہے۔ اب کعبہ کی کلید برداری کی خدمت بھی ہمیں ہی دے دیجئے۔ یہ ایک بہت بڑی خدمت تھی جو آپ ﷺ کے خاندان کو جا رہی تھی۔ کوئی اور ہوتا تو اسی وقت کعبہ کی چابی سیدنا حضرت علیؓ کو دے دیتا۔ بلکہ ایک روایت میں یہ ہے کہ سیدنا عباسؓ کی خواہش بھی یہی تھی۔ لیکن حدیث میں ہے کہ آپ ﷺ نے سیدنا حضرت علیؓ کے سوال کا کوئی جواب نہ دیا۔ بلکہ آپ ﷺ نے فرمایا: ''عثمان بن طلحہ کہاں ہیں؟'' ان کو بلایا گیا۔ آپ ﷺ نے خانۂ کعبہ کی چابی انہیں اپنے ہاتھوں سے دیتے ہوئے فرمایا: ''اے عثمان! اپنی چابی لو، آج وفا اور حسن سلوک کا دن ہے۔ اس کو لو، یہ تمہارے خاندان میں ہمیشہ موروثی طور پر رہے گی۔ ظالم کے سوا کوئی بھی تم سے اس کو نہیں چھینے گا'' سرکار دو عالم ﷺ کے اس طریقہ سے معلوم ہوتا ہے کہ حقوق کی ادائیگی اور امانتوں کی واپسی کے معاملہ میں مسلمانوں کو اتنا زیادہ پابند ہونا چاہیے کہ اگر صاحب حق کی طرف سے تلخی کا مظاہرہ ہو تب بھی جس کا جو حق ہے وہ اس کو پورا پورا ادا کر دیا جائے۔ حقوق کی ادائیگی میں کسی حال میں بھی کوتاہی نہ کی جائے خواہ وہ اپنی طبیعت کے کتنا ہی خلاف ہو۔ ''جو تم سے کٹے تم اس سے جڑو۔ جو تم پر ظلم کرے تم اس کو معاف کردو اور جو تمہارے ساتھ برا سلوک کرے تم اس کے ساتھ اچھا سلوک کرو۔''

(بقیہ: خواتین پوچھتی ہیں؟)

چار دن سے لڑکی اس دوزخ میں تھی۔ میں نے اس لڑکی کے ماں باپ کا پتہ لیا اور چپ چاپ آ گئی۔ بمشکل تین ماہ وہ رہی۔ پھر اسے طلاق دے کر گھر سے نکال دیا۔ وہ لڑکی کہیں اور چلی گئی میری اس سے دو تین بار فون پر بات ہوئی۔ وہ رو رو کر یہی کہتی تھی میں گھر بسانے کی کوشش کرتی ہوں، مگر یہ لوگ اجاڑنے پر لگے ہیں۔ میں نے نیکی کی تھی اس کا صلہ یہ مل رہا ہے مجھے سسرال والے طعنے دیتے ہیں۔

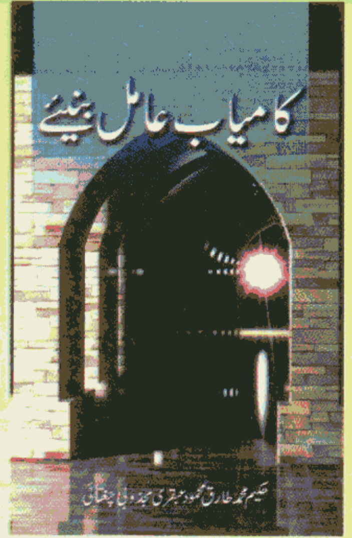
مہ رخ! نیکی کرنی بہت اچھی بات ہے۔ آپ کی اور بہنیں جوان ہیں۔ آج کے معاشرے میں اچھے رشتے نہیں ملتے۔ رشتے موجود ہیں تو آپ ہاں کردیجئے۔ اپنے ماں باپ کا بوجھ کم کیجئے۔ آپ کے اپنے خاندان میں کوئی معذور لڑکا ہوتا تو میں آپ کو ضرور مشورہ دیتی کہ شادی کرلیں۔ کسی دوسری جگہ میں آپ کو اس طرح شادی کرنے کا مشورہ کبھی نہیں دوں گی۔ آپ شادی کے بعد بھی معذور لوگوں کی مدد کرسکتی ہیں۔ ان کے کام کاج کر سکتی ہیں۔ اپنے آپ کو، اپنے گھر والوں کو آزمائش میں مت ڈالیے۔ ماں باپ کے گھر لڑکی آزادانہ زندگی گزارتی ہے۔ سسرال میں جا کر نئی زندگی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ حقائق کو جھٹلایا نہیں جا سکتا۔ آپ شادی کا معاملہ والدین پر چھوڑ دیجئے، وہ جو کریں گے آپ کے لیے بہتر ہوگا۔

(بقیہ: جن کا علم دین حاصل کرنے کا انوکھا انداز)

ملا عبدالحکیم نے دہلی پہنچ کر عبدالرحمٰن کو بہت برا بھلا کہا عبدالرحمٰن نے جواب دیا۔ ''جب تک شاہ جہاں بادشاہ اشرفیوں سے لدے ہوئے سات اونٹ ملا عبدالحکیم کو نہیں دے گا میں اس لڑکی سے نہیں نکلوں گا''

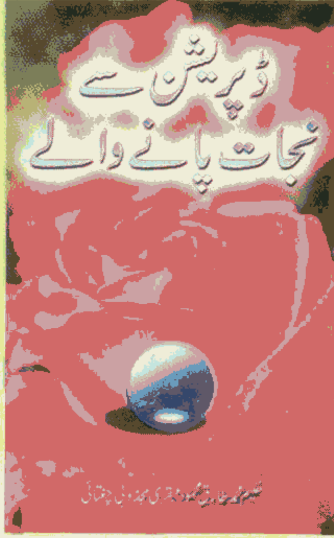
مجبوراً شاہ جہاں نے سات اونٹوں پر اشرفیاں لدوا کر ملا عبدالحکیم کے حوالے کردیں اور عبدالرحمٰن لڑکی کے وجود سے نکل گیا۔ شہزادی صحت مند ہوگئی۔ اس رقم سے ملا عبدالحکیم نے سیالکوٹ شہر میں ایک تالاب، ایک جامع مسجد اور ایک سرائے تعمیر کروائی سرائے تو چند سال سے ختم ہو چکی ہے مگر تالاب اور جامع مسجد ابھی تک باقی ہے۔ دو سال بعد ملا عبدالحکیم کو شاہ جہاں نے دوبارہ دہلی بلوایا اور سونے چاندی سے انہیں دوبارہ تولا گیا اور یہ سونا چاندی ملا جی نے فی سبیل اللہ سیالکوٹ کے حاجت مندوں میں تقسیم کر دیا۔ ایک پیسہ بھی اپنے پاس نہیں رکھا۔

کہتے ہیں کہ عبدالرحمٰن جن ابھی تک زندہ ہے اور کبھی کبھار انسانی شکل میں اپنے استاد ملا عبدالحکیم سیالکوٹی کے مزار پرانوار پر فاتحہ خوانی کے لیے آتا ہے۔ قرآنی حکیم کی تلاوت بڑی ہی خوش الحانی سے کرتا ہے اور ایسا وقت خاص ڈھونڈ کر اس مزار پر آتا ہے جب انسانوں کا گزر وہاں نہ ہو۔ اسکا ظاہری لباس عموماً پٹھانوں جیسا ہوتا ہے۔ چند صوفیا کرام کا قول ہے کہ اس وقت بھی دنیا میں تین ایسے جن موجود ہیں جنہوں نے سرور کائنات ﷺ کی زیارت کی تھی۔ آپ ﷺ کے پیچھے نماز بھی پڑھی تھی۔ یہ صحابی جن بہت بوڑھے ہو چکے ہیں۔ باقی تمام صحابی جن وفات پا چکے ہیں یہی صوفیا کرام کہتے ہیں کہ جنات کی جان بھی عزرائیل کے ہاتھوں قبض ہوتی ہے اور جب ان کا وقت آخر آتا ہے تو اس مقصد کے لیے ان کو آگ کا کوڑا...... (ضرب شدید کی شکل میں) مارا جاتا ہے اور اس طرح وہ آگ میں بھسم ہو کر راکھ ہو جاتے ہیں یہی وجہ ہے کہ مسلمان جن یا کسی یہودی جن یا کسی عیسائی جن کی قبر نہیں ہوتی۔ شریف النفس جن بھی موجود ہیں اور بت پرست بھی۔



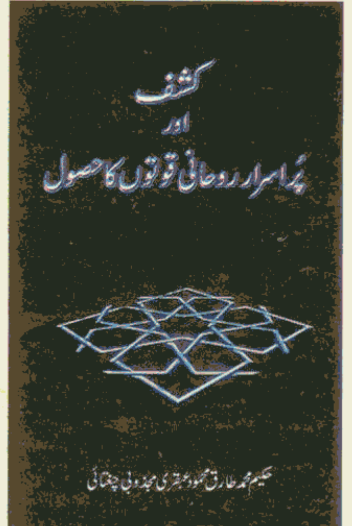
ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل، عامل کوئی کوئی، کامل کوئی نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام بیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہبر میسر نہیں آیا۔ یقین جانیے یہ کتاب ایک رہبر اور راہنما اور با مقصد ساتھی ہے جو ہر جگہ آپ کے کام آئے لوگ جو عامل بننا نہیں چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف و عملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے۔

(خوبصورت کاغذ اور ٹائٹل قیمت -/180 روپے، رعایتی قیمت -/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



عالم انسانیت پریشان اضمحلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے آخر اس ڈیپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور آزمائے نہایت کامیاب نتائج سامنے آئے۔ وہ سب نتائج اس کتاب میں سمو دیئے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ ہے جس سے آپ ڈیپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈیپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوئے۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ قیمت -/180 روپے، رعایتی قیمت -/110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)



کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور در بدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے کچھ قدم قبرستانوں ویرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی ہے اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات ناقابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات یکجا کیے ہیں۔ ہر شخص پراسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے عروج پانے اور بے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے در بدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں وہ ہوا نہیں لگنے دیتے اور یہ بے مراد لوٹتا ہے ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہنچاننے والے بھی۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت -/180 روپے، رعایتی قیمت -/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



کائنات ایک راز ہے یہ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ بھید کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور بھرپور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف دل کی دنیا جیتنے والے ہی پا سکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ با کمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت از بام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدر دان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روحوں سے ملاقات کرواتا ہے آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روحوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت -/180 روپے، رعایتی قیمت -/110 روپے میں علاوہ ڈاک خرچ)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ

عبقری®

لاہور

24

جون 2008 بمطابق جمادی الثانی 1429ھ

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ: 15 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- قطب عالم شاہ محمد غوث صاحبؒ گوالیاری کے وظائف وعملیات
- نئی نسل کے پوشیدہ روگ اور سو فیصد کامیاب علاج
- موٹاپا اور میرے مسلسل تجربات کے بعد کامیابی
- مایوس زندگی کے لیے آسان وظیفہ
- فالسہ موسم گرما کا معالج
- کالی دنیا اور کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال
- خوبصورتی اور دلکشی کا احساس
- لمحوں کی صحبت، ولایت کا دروازہ
- انجیر نے مجھے کان کے مسلسل آپریشن سے بچا لیا
- سورۂ یٰسین کے آزمودہ کمالات ومشاہدات

عَبْقَرِيّ حِسَانٍ ۚ فَبِاَيِّ اٰلَاۤءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہؒ ہجویری عبقری مجذوب ، جناب حکیم محمد رمضانؒ چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ السلفی مدظلہ ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 12 جلد نمبر 2 جون 2008ء بمطابق جمادی الثانی 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان — جون 2008ء

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی
پی۔ایچ۔ڈی، امریکہ

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے اندرون ملک سالانہ 180 روپے بیرون ملک سالانہ 40 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرسالانہ -/180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زرسالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار ہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین ودنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313 ،042-7552384

Website:www.ubqari.net
Email:ubqari@hotmail.com

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: جو شخص دنیا میں اپنے عمل کا بدلہ چاہے گا اسے دنیا ہی میں دے دینگے (اور آخرت میں اس کے لیے کوئی حصہ نہیں ہوگا) اور جو شخص آخرت کا بدلہ چاہے گا ہم اس کو آخرت کا ثواب عطا فرمائیں گے (اور دنیا میں بھی دیں گے) اور ہم بہت جلد شکر گزاروں کو بدلہ دیں گے یعنی ان لوگوں کو بہت جلد بدلہ دینگے جو آخرت کے ثواب کی نیت سے عمل کرتے ہیں (آل عمران ۱۴۵)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت ابو درداءؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص (سونے کے لیے) اپنے بستر پر آئے اور اس کی نیت یہ ہو کہ رات کو اٹھ کر تہجد پڑھوں گا پھر نیند کا غلبہ ہوجائے کہ صبح ہی آنکھ کھلے تو اس کے لیے تہجد کا ثواب لکھ دیا جاتا ہے، اور اس کا سونا اس کے رب کی طرف سے اس کے لیے عطیہ ہوتا ہے۔ (نسائی)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

ایک مخلص کے تجربات ومشاہدات سنیئے:- ہمارے محلے میں کاظمی نامی صاحب رہتے تھے۔ ان کی عادت تھی کہ وہ فجر سے پہلے لوگوں کو اٹھاتے، گلیوں میں چکر لگاتے اور یہ صدا لگاتے تھے کہ مسلمانو! اٹھو فجر کا وقت ہوگیا ہے، نماز پڑھ لو۔ حالات نے کچھ اس طرح پلٹا کھایا کہ ان کے بیٹوں نے ان کو گھر سے نکال دیا۔ اس لیے دوکان ہی میں رہنے لگے۔ شب جمعہ کو مسجد میں جا کر قیام کرتے تھے۔ ایک دن اچانک ان کا انتقال ہوگیا۔ لوگوں کی کثیر تعداد نے اُن کے جنازے میں شرکت کی اور ان کے بلند درجات کی دعا کی۔ حقیقت میں یہ دراصل ان کے یہ اس نیک عمل کا صلہ تھا جو وہ اپنی زندگی میں کیا کرتے تھے۔

دوانمول خزانے:- حکیم صاحب نے مجھے دوانمول خزانے پڑھنے کو عنایت فرمائے اور فرمایا کہ آپ کو اندازہ نہیں میں آپ کو کس چیز کی اجازت دے رہا ہوں۔ کچھ عرصہ مستقل پڑھنے کے بعد میں نے اندازہ لگایا کہ میرے کام الحمدللہ اِس ذکر کی برکت کی وجہ سے خود بخود بنتے جا رہے ہیں۔ میری M.C.S کی تکمیل کا مسئلہ اٹکا ہوا تھا۔ میں جہاں کہیں داخلہ لیتا کچھ عرصے کے بعد ایسے حالات ہو جاتے کہ میں اپنی ڈگری حاصل نہیں کر پاتا تھا، پڑھائی پیچھے رہ جاتی اور فیس بھی ضائع ہو جاتی۔ اللہ پاک نے اس ذکر کی برکت سے میری ڈگری کا معاملہ تکمیل تک پہنچایا۔ میری اہلیہ الحمدللہ پڑھی لکھی تھی لیکن میرے گھر کے اندر کافی ناچاقی کا ماحول تھا، سمجھ نہیں آتا تھا کہ یہ سب کچھ کیوں ہے؟ دوانمول خزانے کی برکت سے میرا یہ مسئلہ بھی الحمدللہ حل ہوگیا۔

والدین کے فرمانبردار ہونے کی برکات:- حضرت مولانا محمد یوسف لدھیانویؒ شہید اکثر اپنے بیانات میں فرماتے تھے کہ میں نے ماں باپ کے فرمانبردار کو دنیا میں پھلتے پھولتے دیکھا ہے اور نافرمان کو برباد ہوتے دیکھا ہے۔ حضرتؒ فرماتے تھے کہ والدین کے نافرمان کو جب تک اللہ پاک سزا نہیں دے دیتا اسے موت نہیں آتی۔ حضرت مولانا حکیم اختر صاحب دامت برکاتہم فرما رہے تھے کہ میرے پاس ایک شخص آیا تہجد گزار، نیک، درویش صفت لیکن ہاتھوں پر فالج گرا ہوا تھا۔ میں نے پوچھا کہ یہ کیسے ہوا تو کہنے لگا کہ والدہ کو ستایا تھا اس نے بددعا دے دی تھی۔ حضرت فرماتے تھے کہ اس کی درویشی اسے ماں کی بددعا سے نہیں بچا سکی۔ مجھے حضرت نے فرمایا اور ہر دفعہ فون پر یہی بات فرماتے ہیں کہ ماں کی خدمت کرو۔ آپ یقین کریں کہ اللہ پاک سکھ چین اور عافیت والی اور برکت والی زندگی عطا فرماتے ہیں۔ میرے اپنے ایک قریبی جاننے والے جو کہ اچھے عہدے پر فائز تھے اور اچھی تنخواہ تھی لیکن اپنی والدہ محترمہ کی عزت نہیں کرتے تھے۔ اللہ کی ذات گواہ ہے کہ اس شخص کی نوکری ختم ہوگئی اور 10 یا 15 لاکھ روپیہ بھی برباد ہوگیا اور وہ شخص 3 ہزار روپے ماہانہ پر اب چپڑاسی یعنی (Peon) کی نوکری کر رہا ہے۔ میرا ایک اور قریبی جاننے والا جو کہ 21,22 سال کا نوجوان تھا اور بعض بری عادتوں کا شکار ہوگیا۔ ماں کی دعا کی برکت سے، آج اُس کی ماشاءاللہ شرعی داڑھی ہے اور دین دار بن گیا ہے۔

یَا سُبُّوْحُ، یَا قُدُّوْسُ، یَا غَفُوْرُ، یَا وَدُوْدُ کے کرشمات:- حضرت مولانا محمد اخترؒ صاحب کے ایک قریبی مرید نے مجھے کہا کہ آپ کو ایک ہدیہ دیتا ہوں کہ حضرت والا نے میرا نکاح پڑھایا اور نکاح کے بعد مجھ سے فرمایا کہ آپ کو ایک تحفہ دیتا ہوں کہ "یَا سُبُّوْحُ، یَا قُدُّوْسُ، یَا غَفُوْرُ، یَا وَدُوْدُ" پڑھ کر کسی بڑے آدمی کے پاس اپنے جائز اور حلال کام کے لیے جاؤ ان شاءاللہ کام ہو جائے گا۔ اس کا تجربہ مجھے وہاں دیکھنے میں آیا کہ جب آپ کا آفیسر سخت مزاج کا ہو۔ آپ ان اسماء مبارکہ کو پڑھیے ان شاءاللہ، اللہ پاک اس کے دل میں آپ کا رعب ڈال دیں گے۔

سفر میں سہولت اور عافیت کے لیے مسنون عمل:- سورہ نصر اور چاروں قل پڑھ کر سفر کے لیے روانہ ہوں ان شاءاللہ کھانا کم نہیں پڑے گا اور سفر عافیت کے ساتھ گزر جائے گا۔ یہ عمل مسلسل میرے تجربات میں ہے اور کبھی عمل خطا نہیں گیا۔

موذی جانور سے مفید علاج:- حکیم اصغر سراج نے بتایا کہ میری والدہ نے بڑا بچھو تیل میں ڈال کر رکھا ہوا تھا کسی کو بھڑ کاٹے یا بچھو کاٹے تیل لگائیں فوراً آرام آجاتا تھا۔ محلہ بھر استفادہ کرتا تھا۔ اگر تیل میں ڈال کر آگ پر جلالیں تو نفع زیادہ ہوتا ہے۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

فرشتے پوچھتے ہیں الٰہی یہ چراغاں کیسی فرمایا ایک مجرم اور نافرمان بندے نے مجھ سے صلح کرلی

انسان زیادہ سہولت کا خواہش مند

پرانا نظام موجودہ نظام سے زیادہ پیچیدہ اور پُر مشقت تھا۔ پانی بھرنے کے لیے مشقت، لکڑی جلانے کے لیے مشقت، چائے بنانی ہے تو آدھا گھنٹہ پہلے چولھا جلایا جاتا تھا۔ بڑے گھروں میں ایسے برتن ہوتے تھے جو ہمیشہ آگ پہ چڑھے رہتے تھے اور گھر کی خادمائیں ان برتنوں میں پانی ڈالتی رہتی تھیں، وہی گیزر تھا۔ ڈیرہ اسماعیل خان سے آگے وادی دامان ہے، لق و دق صحرا ہے۔ اللہ والوں کے حکم سے میں نے کچھ وقت وہاں گزارا ہے۔ وہاں یہی ہوتا تھا کہ ایک ٹین پانی سے بھرا ہوا چولھے پر چڑھا رہتا تھا اور جنگل سے لکڑیاں لاتے تھے اور اس کے نیچے آگ جلتی رہتی تھی اور ایک ڈبہ ساتھ رکھا ہوا تھا اور جس نے وضو کرنا ہوتا تھا کچھ پانی ٹھنڈا اور کچھ وہاں ٹین سے گرم پانی ڈال کر گزارہ کرتے تھے۔ وہاں اب بھی ایسا ہو رہا ہے کوئی پرانی بات نہیں۔ غور کیجئے ہمیں زندگی کی سہولیات ملی ہیں۔ بجلی کا نظام ہے، چراغ نہیں جلانا پڑتا۔ روشنی پہلے سے زیادہ ہے وافر ہے۔ غذاؤں کو گرم کرنے کے لیے مائیکرو ویو اوون کے نام سے ایک نظام ہے اور سوئی گیس کے نظام سے ایک لمحے میں آگ جلتی ہے۔ زندگی سہولتوں کا مجموعہ بن گئی ہے، اب تو سکون آنا چاہیے۔ لیکن سہولتیں بڑھتی جارہی ہیں اتنی ہی پریشانیاں بھی بڑھتی جارہی ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے اللہ جل شانہ نے انسان کے مزاج میں یہ بات رکھی ہے کہ اس کو اگر ایک طرف سے کچھ سہولت ملے تو دوسری سہولت خود تلاش کرلیتا ہے۔ ایک مریض کہنے لگا آم کھالوں۔ میں نے کہا آم تو آپ کے لیے نقصان دہ ہے آپ نہ کھائیں۔ انہوں نے اصرار کیا۔ آخر کار طے ہوا کہ ایک آم کھالیں، لیکن جب چند دنوں کے بعد میرے پاس آئے، میں نے نبض دیکھی، کچھ علامات دیکھیں تو مرض میں اضافہ پایا۔ میں نے کہا ایک آم کھایا تھا کہنے لگے جی ہاں۔ میں نے کہا سچ بتائیں وہ کتنا بڑا تھا؟ کہنے لگے ایک آم کی بات ہوئی تھی اور میں نے ایک آم ہی کھایا تھا، وزن نہ پوچھیں۔ انسان کی طبیعت کا خاصہ ہے کہ جس چیز میں تھوڑی سی سہولت مل جائے، زیادہ سہولت خود تلاش کرلیتا ہے۔ ساری زندگی اس کے ساتھ یہی نظام ہے۔ اللہ پاک کی طرف سے کوئی سہولت ملی، اس نے زیادہ سہولت کی تلاش کی۔ اب یہ نہ دیکھا حلال ہے کہ حرام ہے۔ جائز ہے یا ناجائز ہے۔ مثلاً آم زیادہ کھارہا ہوں شوگر بڑھ جائیگی یا مرض میں کسی اور طرح اضافہ ہوجائے گا۔ بس وقتی ذائقے کو دیکھ کر اس نے اپنا کام کرلیا۔ میں آج آپ کو ایک چیز بتاتا ہوں۔ اس وقت ہم پریشان ہیں جس کے پاس کچھ ہے وہ بھی پریشان اور جس کے پاس کچھ نہیں ہے وہ بھی پریشان ہے۔ آخر ایسا کیوں ہے؟ بہت کم لوگ ایسے ہیں جن کے پاس کچھ بھی نہیں ہے تو پرسکون ہیں اور جن کے پاس ہے، تو پرسکون ہیں۔ مجھے ایسے لوگ بھی ملیں ہیں ان کے پاس بہت مال ہے، اللہ جل شانہ نے اپنے نام کی برکت سے سکون بھی دیا ہے اور چین بھی۔ آپ سوچیں ایسا کیوں ہے؟ ایسا اس لیے ہے کہ ہم اپنی من چاہی گزار کے چین پانا چاہتے ہیں۔ میری بات کو سمجھئے گا ہم من چاہی گزار کے چین پانا چاہتے ہیں۔ مال تھوڑا تھا اس کے بڑھانے کے لیے کوشش کی۔ مال بڑھانے میں یہ نہ دیکھا کہ ہم جو مال قرض پر اٹھا رہے ہیں، اس پر سود لگ جائیگا۔ مجھے ایک شخص کہنے لگے کہ میں یہاں کسی کی دکان پر کام کرتا تھا وہ شخص سارا دن خاموش رہتا تھا۔ کہنے لگے آواز بھی اتنی آہستہ سے نکالتا تھا کہ کان لگانا پڑتے تھے۔ ٹرکوں کے ٹرک سامان کے آتے تھے۔ ان کا میڈیسن کا کام تھا۔ بالکل نہیں بولتا تھا اور سارا دن درود تاج پڑھتا تھا۔ اس سے اگلی بات اس نے عجیب بتائی، کہنے لگا ملاوٹ بھی نہیں کرتا تھا، دھوکا بھی نہیں دیتا تھا۔ دو نمبر دوائیں بھی نہیں بیچتا تھا لیکن اس سب کے باوجود بالکل برباد ہوگیا۔ میں نے فوراً سوال کیا کیوں برباد ہو گیا؟ کہنے لگے سود کا کام شروع کردیا۔ اسے درود تاج نہیں بچا سکا۔ میں درود تاج کا انکار نہیں کررہا اور انکار کر بھی کیسے کرسکتا ہوں درود تاج میں میرے آقا ﷺ کی شان ہے۔ **صاحبِ التاج و المعراج دافع البلاء والوباء** یہ ایک شان ہے لیکن ایک بات پر غور کریں کہ ابوجہل نے میرے آقا ﷺ کی کتنی دفعہ زیارت کی ہوگی کوئی گمان ہے؟ کیا وہ زیارت اس کو بخشوا جائیگی، ایک طرف ہم کہتے ہیں کہ جس نے میرے آقا سرورِ کونین ﷺ کی ایک جھلک دیکھ لی وہ کبھی جہنم میں ان شاء اللہ نہیں جائیگا لیکن شرط ہے کہ حالتِ ایمان میں دیکھا ہو۔ بہرحال جب یہ اپنی خواہشِ نفس پہ آتا ہے اور پھر اس کے وبال میں گرفتار ہوتا ہے تو اس کے حل کے لیے اسے اللہ جل شانہ نے جو بڑا کریم ہے، ایک نسخہ دیا ہے آج وہ نسخہ بتارہا ہوں۔

مشکل سے نکلنے کا آسان نسخہ

ربنا ظلمنا انفسنا گناہ کربیٹھا، خطا کربیٹھا۔ وہ رزق کے حوالے سے ہے، وہ جان کے حوالے سے ہے کسی بھی انداز کا گناہ کربیٹھا۔ اب اس گناہ سے نکلنا چاہتا ہے اور اس گناہ کی وجہ سے جو عذاب آیا، جو وبال آیا ہے، جو پریشانی آئی اور جو مشکل آئی ہے یہ اس سے نکلنا چاہتا ہے۔ میرے رب نے ایک نسخہ بتایا ہے وہ ہے توبہ کا اور استغفار کا نسخہ۔ یہ جو توبہ اور استغفار کا نسخہ ہے، یہ وہ نسخہ ہے جو زندگی میں برکتیں اور بہاریں ڈال دیتا ہے اور زندگی کی مشکلیں حل کردیتا ہے اور مسائل اور پریشانیاں دور کردیتا ہے۔ یہ بات یاد رکھئے گا بھاگا ہوا غلام، نافرمان بیٹا اور کوئی خادم اور کوئی نوکر اپنے مالک کی نافرمانیاں کرتا ہے اور بہت نافرمانیاں کرتا ہے اور پھر آکر اعترافِ جرم کرلیتا ہے اور معافی مانگ لیتا ہے۔ مگر مالک ناراض رہتا ہے کہ معاف نہیں کرونگا۔ ایک صاحب کہنے لگے میرے چچا مجھ سے ناراض ہوگئے، وہ چارپائی پر بیٹھے تھے اور میں نیچے بیٹھا تھا۔ میں ان کی منتیں کرتا رہا مگر وہ کہتے تھے، معاف نہیں کرنا۔ میں منتیں کرتا رہا کہنے لگے معاف نہیں کرنا۔ ڈیڑھ گھنٹہ تک پاؤں میں پڑا رہا، اپنی ٹوپی، پگڑی سب کچھ اٹھا کر پاؤں پر رکھی حالانکہ بات صرف غلط فہمی کی تھی کہ ان کے چچا کو غلط فہمی ہوئی تھی کہ میں نے فلاں جگہ پر میرے بارے ایسا ایسا کہہ دیا تھا۔ کہنے لگے ڈیڑھ گھنٹہ تقریباً میں ان کے پاؤں میں پڑا رہا تب جاکر کہنے لگے جا تجھے میں نے معاف کیا (انتہائی احسان کے ساتھ) اور ادھر میرے رب کو دیکھیے کہ میرا رب کیسا کریم ہے۔ ساری دنیا کے جرائم کرکے سو سال کا مجرم اور سو سال کا فاسق و فاجر بس ایک دفعہ کہتا ہے اللہ مجھے معاف کردے۔ اللہ کی قسم! ساتوں آسمانوں پر چراغاں ہوتی ہے اور فرشتے پوچھتے ہیں الٰہی یہ چراغاں کیسی؟ فرمایا ایک مجرم اور نافرمان بندے نے مجھ سے صلح کرلی۔ اس کی خوشی میں چراغاں ہے یہ ہے توبہ اور استغفار اور یہ ہے ندامت، یہ میرے رب کو بڑی پسند ہے۔ (جاری ہے)

اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل اور جمعرات کو بعد نماز مغرب ''مرکز روحانیت و امن'' میں حکیم صاحب کا درس 'مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کرسکتے ہیں۔

یَا بَصِیْرُ سات بار روزانہ بوقتِ عصر (یعنی ابتدائے وقتِ عصر تا غروب آفتاب تک کسی بھی وقت) جو کوئی پڑھ لیا کریگا موت کے علاوہ ہر آفت سے محفوظ رہے گا

آپ اپنے بچوں کے دشمن تو نہیں

(تحریر: ڈاکٹر صابر حسین خان)

قدرت نے ان کی فطرت میں تحیر اور تجسس کا مادہ ودیعت کیا ہوتا ہے۔ ہماری ہر بات ان کی سوچوں میں مدوجذر پیدا کرتی اور انکے ذہنوں میں یہ سوال اٹھاتی ہے کہ ہم نے ان سے وہ بات کیوں کی……

''تم بہت گندی بچی ہو، دیکھو یہ کیا پال رکھا ہے تم نے؟ دیکھو'' نائی بالوں کا ایک بڑا سا گچھا لڑکی کی آنکھوں کے سامنے لہرانے لگا۔ ان میں جوئیں رینگ رہی تھیں۔ ''دیکھا تم نے۔ چھی چھی چھی……تم سے زیادہ نالائق اور گندی لڑکی میں نے نہیں دیکھی۔ غضب خدا کا اتنی بڑی ہوگئی ہو مگر تمہیں صفائی ستھرائی کا کوئی خیال نہیں! اماں ابا کچھ کہتے نہیں؟……

بچی زیادہ سے زیادہ سات آٹھ سال کی ہوگی۔ حجام اپنے استرے سے اس کے لمبے لمبے بال اتار رہا تھا، ساتھ ساتھ اس کی زبان کا استرا بھی تیزی کے ساتھ چل رہا تھا۔

''پتا نہیں کتنے سالوں سے کنگھی نہیں کی اور شاید پانی تو بالوں کو کبھی چھو کر ہی نہیں گزرا، گھن آرہی ہے۔ تمہیں تو جوؤں کے ساتھ ایسے ہی چھوڑ دینا چاہیے تاکہ وہ تمہارا خون پی سکیں بہت گندی اور پھوہڑ ہو تم……'' استرے کی ہر رگڑ کے ساتھ لمبے لمبے بال بچی کے کاندھوں پر پھیلی سفید چادر پر گر رہے ہیں۔ الجھے ہوئے بالوں کے گچھوں میں جوئیں اور لیکھیں لپٹی ہوئی تھیں۔ بچی ٹکٹکی باندھے سامنے آئینے کو تک رہی تھی۔ اس کی نظریں اتنی سختی سے آئینے پر جمی ہوئی تھیں کہ پلکیں جھپکتے جھپکتے بھی اسے کافی وقت گزر جاتا۔ یوں لگتا تھا کہ اسے کچھ پتا نہیں کہ وہ کہاں بیٹھی ہے، اس کے ساتھ کیا ہو رہا ہے اور نہ ہی وہ حجام کی کسی بات کا جواب دے رہی تھی۔ ادھر حجام تھا کہ مستقل لڑکی کو برا بھلا کہے جا رہا تھا۔

اب حجام سختی سے لڑکی کے گنجے سر پر تولیہ رگڑنے لگا۔ اس کے لہجے کے ساتھ اس کے انداز میں بھی اتنی نفرت چھپی ہوئی تھی کہ بے ساختہ لڑکی کے منہ سے چیخ نکل گئی۔ حجام نے اپنا کام پورا کیا اور لڑکی کو اس کے جوؤں بھرے بالوں سے نجات دلا کر گنجا کر دیا۔ اس نے پھر دوسرے گاہک کو کرسی پر بیٹھنے کا اشارہ کیا۔ بظاہر قصہ ختم ہوگیا۔ دوسرے گاہکوں کو نپٹاتے ہوئے حجام لڑکی کی جوؤں کو بھول چکا ہوگا لیکن اس کی باتوں کے استرے نے لڑکی کے ذہن اور روح پر جو زخم لگائے، وہ شاید کبھی نہیں مٹ سکیں گے اور آگے چل کر مختلف صورتوں میں، مختلف اوقات میں لڑکی کے مستقبل پر اثر انداز ہوں گے۔

ہوسکتا ہے یہ پڑھ کر آپ کو حیرت ہو لیکن حقیقت یہی ہے۔ بڑے بوڑھوں کا یہی کہنا ہے ''تلوار کا گھاؤ تو بھر سکتا ہے لیکن زبان کا گھاؤ کبھی نہیں بھرتا۔'' ممکن ہے آپ کو اس بات سے اتفاق نہ ہو لیکن ماہرین نفسیات کا یہی کہنا ہے کہ سنی اور پڑھی ہوئی باتوں کا بہت سا حصہ ہمارے ذہن کے مختلف گوشوں سے سفر طے کرتا ہوا آخر کار لاشعور کی پنہائیوں میں اتر جاتا ہے۔ پھر وقتاً فوقتاً ہوا کا کوئی بھی تازہ جھونکا راکھ میں دبی ہوئی چنگاری نئے سرے سے سلگا دیتا ہے اور دھواں اٹھنے لگتا ہے۔ شعور اور لاشعور پر کسی اور وقت بات ہوگی، زیر بحث موضوع کا اطلاق نہ صرف ہماری معاشرتی زندگی پر ہوتا ہے بلکہ ہماری انفرادی زندگی بھی اس کے عمل دخل سے باہر نہیں۔ اتفاق یہ ہے کہ یہ مسئلہ ایک طرف تو سادہ اور عام فہم ہے دوسری طرف کوئی اسے نہ تو مسئلہ سمجھتا ہے اور نہ ہی اس کے حوالے سے سنجیدگی کے ساتھ کچھ سوچنے کی زحمت کرتا ہے۔ نتیجے میں ہمارے معاشرے کے حساس اور نازک طبقے یعنی بوڑھے، ننھے بچے اور عورتیں اس مسئلے کے گرداب میں تیزی سے گرفتار ہو رہے ہیں۔

ان سب میں شدید ترین ضرب بچوں کو لگتی ہے کیونکہ ان کی سوچ حساس ترین اور روح نازک تر ہوتی ہے۔ ان کی دنیا اور فکر محدود ہے، ایک چھوٹے اور خاص دائرے سے باہر ان کا ادراک جواب دے جاتا ہے۔ ان کے ذہنوں میں بیک وقت ان گنت متضاد خیالات اور سوالات کے بگولے بنتے اور بگڑتے رہتے ہیں۔ ان کی شخصیت روزانہ تعمیر اور تخریب کے کئی مراحل سے گزرتی ہے۔ ان کے سامنے ہر دن زندگی کے پیچیدہ معاملات کو سمجھنے اور برتنے کے حوالے سے ایک نئی کتاب کا نیا ورق کھولتا ہے۔ ہر شب ان کے خوابوں کے لیے سوال و جواب کا ایک نیا سلسلہ ترتیب دیتی ہے۔ ماں باپ، بہن بھائی، اور عزیز و اقارب سے لیکر کتاب اور استاد تک تمام لوگ اور چیزیں اور تمام لوگوں اور چیزوں کی باتیں ان کی سوچ اور شخصیت پر اس حد تک اثر انداز ہوتی ہیں کہ ماہرین نفسیات کے ایک مکتبہ فکر نے یہاں تک کہہ دیا کہ انسانی شخصیت کی نشوونما اور تعمیر عمر کے ابتدائی دس سالوں تک ہی ہوتی ہے، باقی ماندہ عمر ابتدائی دس سالوں میں جنم پانے والے خیالات، سوالات اور تفکرات اور جذبوں اور سوچوں کے عملی مظاہرے کے سوا کچھ نہیں۔

ماہرین نفسیات کے دیگر مکاتب اس فکر سے کلی طور پر اتفاق تو نہیں کرتے البتہ اس حد تک ہم خیال ضرور ہیں کہ بچوں کی زندگی کی ابتدائی تجربات اور مشاہدات آگے چل کر ان کی شخصیت پر بڑے گہرے اثرات مرتب کرتے ہیں۔ بعض اوقات تو یہ اتنے دیرپا اور مستقل ثابت ہوتے ہیں کہ کوئی نیا، رنگین، دلفریب اور سودمند تجربہ بھی انہیں مٹانے میں ناکام رہتا ہے، اس کی وجہ یہی ہے کہ ایک تو بچوں کی قوت مشاہدہ کے ساتھ ساتھ قوت حافظہ بھی باقی تمام افراد سے زیادہ ہوتی ہے اور دوسرے کورے کاغذ پر جو حرف لکھ دیئے جائیں، وہ لاکھ مٹانے کے باوجود کہیں نہ کہیں سے ضرور ابھرے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔ آگے نہ بڑھیں، اگلی بات پڑھنے سے پہلے ذرا ٹھہر جائیں، اپنے ذہن پر زور ڈالیں اور یہ سوچیں کہ آپ کو اپنے بچپن یا لڑکپن کے کون سے اہم واقعات ابھی تک یاد ہیں؟ آپ کو ایسے کئی واقعات یاد آئیں گے جن کی یاد آپ کے لیے خوشی اور تسکین کا سبب بنے گی لیکن اچانک کسی نامعلوم جگہ سے آپ کے بچپن کا کوئی تلخ اور ناخوشگوار تجربہ بھی آپ کے ذہن کے ورق پر روشن ہو جائے گا جس کی یاد آناً فاناً آپ کے منہ کا ذائقہ کڑوا کر دے گی۔ تب آپ کی خوشی کا سامان بننے والے تمام واقعات اور تجربات اسی طرح غائب ہونے لگیں گے جس طرح بند مٹھی میں سے ریت پھسلتی ہوئی نیچے گرتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

ریشہ کا مستقل علاج (تحریر: شہناز مظفر۔ گجرات)

اگر کسی کو ریشہ محسوس ہوتا ہو جیسے اکثر لوگوں کو لگتا ہے کہ ریشے سے سر بھاری یا ٹھنڈا ہے اور معدہ ریشہ بناتا ہے۔ تو بیکٹر دں کی گلقند استعمال کریں۔ یہ پھول اکثر بھمبر کے علاقے میں ہوتے ہیں۔ بہار کے موسم میں سال میں ایک دفعہ پھول لگتے ہیں ان کا رنگ سفید ہوتا ہے اور ان کو سورج نکلنے سے پہلے اتار لیں پھر ان کی پتیاں علیحدہ کریں۔ اسکے اندر جو دھاگا سا ہوتا ہے۔ اس کو نکال لیں اور چینی ڈال کر گلقند تیار کرلیں یہ ٹی۔ بی کے مریضوں کے لیے بھی بہت فائدہ مند ہے۔ اگر کسی علاقے سے نہ ملیں تو گجرات، ٹانڈہ کے ساتھ بڑیلہ شریف گاؤں میں قبرستان ہے، ہوسکتا ہے وہاں بہار کے موسم میں مل جائیں۔ اس کے علاوہ سردیوں کے موسم میں میٹھے مالٹے ریشے کے لیے بہت مفید ہیں۔

منہ کے چھالے ختم کرنا آسان : کافور اور کتھ لیجئے اور اسے پیس کر دن میں تین یا چار بار منہ کے چھالوں پر ملیے۔ ان شاء اللہ افاقہ ہوگا

جون میں اچھی عادات اور متوازن غذائیں

پانی پینے کے بہترین اوقات تین ہیں۔صبح اٹھتے ہی، کھانے سے آدھ گھنٹے قبل اور کھانے کے دو گھنٹے بعد۔اس کے بعد جب پیاس لگے۔پانی تین چار گھونٹ میں پیا جائے اور آہستہ آہستہ پیا جائے (انتخاب: کامران۔لاہور)

پاکستان میں موسم گرما کا انتہائی مہینہ حزیران (جون) ہے اس موسم میں سورج چونکہ منطقہ حارہ سے قریب ہوتا جاتا ہے۔ اس میں حرارت کی شدت ہو جاتی ہے۔ اکثر اوقات تیز ہوائیں آندھی کا باعث بن جاتی ہیں یا کبھی ہوا میں ٹھہراؤ کی وجہ سے حبس پیدا ہو کر تنگی تنفس کا باعث ہوتا ہے۔

اس ماہ میں بلغم اور خون کا غلبہ جاتا رہتا ہے اور صفراوی خلط کا زور شروع ہو جاتا ہے۔ چونکہ اس خلط کا مزاج گرم خشک ہے اس لیے اس کی کثرت کے باعث انسان کو پیاس کی شدت محسوس ہوتی ہے۔ ایک مرتبہ پانی پینے سے تسلی نہیں ہوتی۔ اس لیے انسان بار بار پانی پینے پر مجبور ہوتا ہے۔ منہ کا ذائقہ کڑوا رہتا ہے، زبان خشک ہوتی ہے اور حلق میں کانٹے پڑ جاتے ہیں۔ سایہ میں رہنے والوں کی جلد زرد اور دھوپ میں کام کرنے والوں کی سیاہ ہو جاتی ہے اور یہ رنگت مادہ ملونہ کی کمی بیشی پر منحصر ہے، بھوک نہیں لگتی۔

اس ماہ کی بیماریاں حرقۃ البول (پیشاب کا جل کر آنا) بعض اوقات سوزاک، اکثر قبض کی شکایت، گاہے اسہال، خونی پیچس، ضعف جگر، جگر کا سو، مزاج حار، ضعف معدہ، مرارہ (پتہ) کا درد، خفقان قلب، دردسر شقیقہ، یرقان، موسمی بخار، گردن توڑ بخار، متلی اور ہیضہ وغیرہ ہیں۔

ماہ جون کی غذائیں:

(1) پھل اور میوہ جات میں خاص طور پر انگور، خربوزہ، چوسنے کا آم، انجیر، سیب، خوبانی، ناشپاتی، امرود، آلوچہ، آلو بخارا، میٹھا لیموں، سنگترہ موسمی (یا ان کا رس علیحدہ نکلوا کر پیا جائے) مویز منقی، کشمش بادام، اخروٹ، مونگ پھلی وغیرہ۔

(2) ترکاریوں میں شلغم، چقندر، مولی، گاجر، ٹماٹر، خرفہ اور پالک کا ساگ، سلاد (کاہو کے پتے) کرم کلہ وغیرہ، امرود، گاجر، کاہو اور کرم کلہ کے پتوں کا سلاد دن میں دو مرتبہ استعمال کیا جائے۔

(3) گوشت میں جگر (کلیجی) دل، گردے اور لبلبہ اس کے تکے بھون کر کھائے جائیں۔ ویسے ترکاری کے ساتھ بکری کا گوشت بھی اعتدال کے ساتھ استعمال کیا جائے۔ گوشت میں جگر، دل، گردے اور لبلبہ اعلیٰ درجہ کی غذائیت کے حامل سمجھے جاتے ہیں۔ ان میں سے ایک چیز یا دو چیزیں ہفتہ میں ایک یا دو دفعہ کھائی جائیں تو بہت فائدہ ہوگا۔ انہیں روکھا کھانا زیادہ مناسب ہے۔

(4) اناج بغیر چھنا، ہلکی رفتار والی چکی سے پسا ہوا۔ گیہوں جئی یا جو کا آٹا جس کی روٹی پکائی جائے اور گیہوں اور جئی کا دلیا بھی خوب استعمال کیا جائے۔ بھورے چاول، جن کو مشین سے صاف نہ کیا گیا ہو۔ دالیں چھلکوں سمیت استعمال کی جائیں۔ اگر بغیر چھنا آٹا میسر نہ آئے تو آٹے میں بھوسی ملا کر اس کی روٹی پکوائیں۔ ایک سیر آٹے میں ۵ تولہ یعنی چھٹانک بھر بھوسی کافی ہوگی یہ بھوسی اور ریشہ دار ترکاریاں آنتوں کی دیواروں سے چمٹے ہوئے فضلات کو کھرچ کر چھڑا دیتی ہیں۔

(5) مشروبات میں میٹھا دودھ، چھاچھ اور پانی۔ سفید شکر کے بجائے دیسی کھانڈ اور شہد خالص استعمال کریں

ماہ جون میں اچھی عادات:

(i) ہمیشہ کھانا اچھی طرح چبا کر کھایئے اور آہستہ کھایئے

(ii) کھانے کے جو اوقات مقرر ہوں کوشش کیجئے کہ ان کی پابندی کی جائے **(iii)** دو کھانوں کے درمیان کچھ نہ کھایا جائے

(iv) چھ گلاس سے آٹھ گلاس تک روزانہ پانی پیجئے

(v) پانی پینے کے بہترین اوقات تین ہیں۔ صبح اٹھتے ہی، کھانے سے آدھ گھنٹے قبل اور کھانے کے دو گھنٹے بعد۔ اس کے بعد جب پیاس لگے۔ **(vi)** پانی تین چار گھونٹوں میں پیا جائے اور آہستہ آہستہ پیا جائے۔ اگر پانی میں تھوڑا سا لیموں کا رس ملا لیا جائے تو اور بھی اچھا ہے **(vii)** رفع حاجت کے لیے صبح اٹھتے ہی ایک گلاس پانی پی کر جانے کی عادت ڈالیے **(viii)** اپنی نشست کے طریقے کی بھی اصلاح کیجئے۔ فرش پر یا کرسی پر سیدھے بیٹھیے۔ مستقلاً جھک کر بیٹھنے سے بھی آنتیں سست پڑ جاتی ہیں۔ **(ix)** ابتداءً جب ان تدابیر کو شروع کیا جائے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 13 پر)

کامیابی کا سفر

ابتداً ایک فرد قربانی دے کر ایک دریافت تک پہنچتا ہے۔ اس طرح وہ انسانی سفر کے لیے ایک نیا راستہ کھولتا ہیں

(تحریر: مولانا وحید الدین خان)

اس دنیا میں ہر کامیابی لمبی جدوجہد کے بعد حاصل ہوتی ہے۔ آدمی پہلے کم پر راضی ہوتا ہے، اس کے بعد وہ زیادہ تک پہنچتا ہے۔ نیل آرم اسٹرانگ پہلے شخص ہیں جنہوں نے چاند کا سفر کیا۔ ۲۱ جولائی 1969 کو انہوں نے ایگل نامی چاند گاڑی سے اتر کر چاند کی سطح پر اپنا قدم رکھا۔ اس وقت زمین اور چاند کے درمیان برابر مواصلاتی رابطہ قائم تھا۔ چاند پر اترنے کے بعد انہوں نے زمین والوں کو جو پہلا پیغام دیا وہ یہ تھا کہ ایک شخص کے اعتبار سے یہ ایک چھوٹا قدم ہے، مگر انسانیت کے لیے یہ ایک عظیم چھلانگ ہے۔

That,s one small step for man , but one great leap for mankind.

آرم اسٹرانگ کا مطلب یہ تھا کہ میرا اسوقت چاند پر اترنا بظاہر صرف ایک شخص کا چاند پر اترنا ہے۔ مگر وہ ایک نئے کائناتی دور کا آغاز ہے۔ ایک شخص کے بحفاظت چاند پر اترنے سے یہ ثابت ہو گیا کہ انسان کے لیے چاند کا سفر ممکن ہے۔ یہ دریافت آئندہ آگے بڑھے گی۔ یہاں تک کہ وہ وقت آئے گا جب کہ عام لوگ ایک سیارہ سے دوسرے سیارہ تک اسی طرح سفر کرنے لگیں جس طرح وہ موجودہ زمین کے اوپر کرتے ہیں۔ ہر بڑا کام موجودہ دنیا میں اسی طرح ہوتا ہے۔ ابتداً ایک فرد قربانی دے کر ایک دریافت تک پہنچتا ہے۔ اس طرح وہ انسانی سفر کے لیے ایک نیا راستہ کھولتا ہیں یہ ابتدائی کام بلاشبہ انتہائی مشکل ہے۔ وہ پہاڑ کو اپنی جگہ سے کھسکانے کے ہم معنی ہے۔ مگر جب یہ ابتدائی کام ہو جاتا ہے تو اس کے بعد سارا معاملہ آسان ہو جاتا ہے۔ اب ایک ایسا کشادہ راستہ لوگوں کے سامنے آ جاتا ہے کہ انسانی قافلے بڑی تعداد میں اس پر سفر کر سکیں۔ کسان جب زمین میں ایک بیج ڈالتا ہے تو وہ گویا زراعت کی طرف ایک ''چھوٹا قدم'' ہوتا ہے۔ تاہم اس چھوٹے قدم کے ساتھ ہی کسان کے زرعی سفر کا آغاز ہو جاتا ہے۔ یہ سفر جاری رہتا ہے یہاں تک کہ وہ وقت آتا ہے کہ اس کے کھیت میں ایک پوری فصل کھڑی ہوئی نظر آئے۔ یہی طریقہ تمام انسانی معاملات کے لیے درست ہے، خواہ وہ زراعت اور باغبانی کا معاملہ ہو یا اور کوئی معاملہ۔

موٹاپا اور میرے مسلسل تجربات (قسط نمبر 2) کے بعد کامیابی

موٹاپے سے بچنے کے لیے اکثر لوگوں کو معلوم نہیں ہوتا کہ انہیں اس کے لیے کیا کرنا چاہیے اور اگر معلوم بھی ہوتو خواہ مخواہ کی مصروفیت کی وجہ سے ان تدابیر کو اختیار نہیں کرتے اور یہ سستی ان کو مزید موٹا کر دیتی ہے

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

موٹاپے کی تعریف: طب جدید کے مطابق اگر کسی شخص کا وزن اس کی عمر اور قد کے اعتبار سے دس کلو زائد ہے۔ تو یہ شخص موٹا (Fat) کہلائے گا۔

موٹاپے کا بننا: غذا جو ہم کھاتے ہیں بنیادی طور پر پروٹین (لحمیات)، نشاستہ (کاربوہائیڈریٹس)، چکنائی (فیٹس)، پانی اور نمکیات پر مشتمل ہوتی ہے۔ ہمارا معدہ اس خوراک کو چھوٹے چھوٹے اجزاء پر تقسیم کر دیتا ہے۔ یہ غذا معدہ سے آنتوں میں جاتی ہے اور آنتوں میں نشاستہ اور چکنائی کا کیمیائی ہضم شروع ہوتا ہے۔ آنتوں سے یہ غذائی اجزاء جگر میں جاتے ہیں جہاں ان کا کیمیائی ہضم (استحالہ) شروع ہوتا ہے، یعنی جگر پروٹین کو توڑ کر امائنو ایسڈ میں تبدیل کرتا ہے، چکنائی (فیٹس) کو فیٹی ایسڈ میں تبدیل کرتا ہے، نشاستہ کو توڑ کر گلوکوز میں تبدیل کرتا ہے، اور زائد گلوکوز کو گلائیکوجن میں تبدیل کر کے ذخیرہ کر لیتا ہے۔ بار بار اور بے وقت کھانے سے یا کسی جراثیمی چھوت (Infection) یا جگر کی خرابی کی وجہ سے مندرجہ بالا افعال متاثر ہوتے ہیں یعنی زائد مقدار میں چکنائی جس پر جگر اپنا کام نہیں کر سکا خون میں شامل ہوتی رہتی ہے اور یہ چکنائی کے ذرات جلد کے نیچے جمع ہو کر چربی کی تہہ بناتے رہتے ہیں اور موٹاپا بڑھتا رہتا ہے۔

اسباب: موٹاپے کے سب سے اہم اور زیادہ پائے جانے والے اسباب بے وقت، بلا طلب اور بار بار کھانا؛ مختلف غذاؤں کی کیلوریز کا نا معلوم ہونا، آرام و آسائش والی زندگی گزارنا، ورزش نہ کرنا، کھانے کے ساتھ بکثرت پانی پینا، کھانے کے فوراً بعد سو جانا ہے۔ تمباکو نوشی اور اپنے آپ پر توجہ نہ دینا وغیرہ۔

نوٹ: موٹاپے کا ایک سبب مختلف ہارمونز کی کمی بیشی بھی ہے۔ جس کی تشخیص ایک مستند طبیب، ان ہارمونز کے ٹیسٹ کے ذریعے کر سکتا ہے ہمارے معاشرے میں خود تشخیص کر کے دوا استعمال (Self Medication) کرنے کا رواج بڑھ رہا ہے، جس کا نتیجہ وقت اور پیسوں کے ضائع کرنے کے علاوہ کچھ نہیں نکلتا اور یہ لوگ سزا کے طور پر بلڈ پریشر، امراض جگر اور گردے کے مہلک مرض میں گرفتار ہو جاتے ہیں۔

موٹاپا ایسے دور ہوا جیسے پانی سے پیاس:

ایک صاحب موٹاپے کے علاج میں مشہور تھے۔ لوگ دور دور سے ان سے دوا لینے آتے تھے۔ جو بھی دوا لے جاتا اسے یقینی فائدہ ہوتا۔ حتیٰ کہ عالم یہ ہوا کہ اب ان سے دوا پوری ہی نہیں ہوتی تھی۔ اکثر لوگ واپس چلے جاتے تھے۔ ایک صاحب دل حکیم صاحب نے انہیں عرض کیا کہ یہ نسخہ میں آپ کو بنوا دیتا ہوں تاکہ آپ لوگوں کی کامل خدمت کر سکیں۔ لیکن انہوں نے اس لیے مدد لینے سے انکار کر دیا کہ کہیں وہ نسخہ ان کے ہاتھ نہ آجائے۔ لیکن وہ نیک دل انسان بھی مخلص تھے وہ تعاقب میں لگے رہے آخر کار وہ نسخہ بالکل مکمل اسی طرح ان کے ہاتھ لگ گیا۔ انہوں نے آزمایا واقعی مفید پایا۔ پھر یہ لاجواب تحفہ بندہ کو دیا۔ آج وہ تحفہ آپ قارئین کی خدمت میں پیش خدمت ہے۔

ھوالشافی: میتھرے کے بیج (جو اچار میں ڈالتے ہیں)، کلونجی، سبز چائے، چھلکا اسپغول ہموزن باریک کر کے آدھی چمچ دوائی دن میں 4 بار پانی کے ہمراہ چند ماہ استعمال کریں۔ یہ نسخہ ایسے لوگوں کو مستقل استعمال کرایا گیا۔ جو بالکل لا علاج ہو گئے تھے اور دواؤں سے بالکل نفرت کرتے تھے۔ جب انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو جوڑوں کے درد، جسمانی درد، موٹاپا اور جسمانی کمزوری کے لیے لاجواب ٹانک ثابت ہوا۔ اس کے علاوہ اور بھی کئی امراض میں اس کے مکمل فائدے ہوئے۔ جو مندرجہ ذیل ہیں۔

اس نسخے سے بواسیر کو بہت فائدہ ہوا۔ ایسے مریض جن کو بواسیر تھی کچھ عرصے بعد انہیں فائدہ ہوا۔ دائمی نزلہ، زکام کے لیے تو نہایت لاجواب چیز ہے۔

رزق میں برکت کے لیے

شب براءت کو 7 دانے چاول کے لے کر ہر دانے پر الگ الگ اول و آخر درود ابراہیمی گیارہ بار اور درمیان میں "یارزاق" 70 بار پڑھے اور وہ چاول کے دانے الماری یا پرس میں سنبھال کے رکھے۔ الماری میں، پرس میں سارا سال پیسے کی کمی نہیں ہوتی۔ ہمیشہ الماری اور پرس میں پیسے رہتے ہیں اگر کوئی شب براءت کو نا پڑھ سکے۔ تو رمضان کی ستائیسویں (27) رات کو پڑھ لے۔

(مرسلہ: صائمہ الیاس۔ پرانا مزنگ لاہور)

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

جون 2008 میں 08-06-10 کو منگل کے دن ہماری روحانی محفل ہوگی۔

دن کے 12:24 منٹ سے لیکر سہ پہر 03:51 بجے تک کسی بھی وقت 46 منٹ تک یہ وظیفہ **"حَسْبُنَا اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْلُ"** (ہر بار تسمیہ مکمل ساتھ ضرور پڑھیں)۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاءاللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے۔ مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئے۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(فقیر محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

ڈاکٹر علی احمد اعوان جہلم سے تحریر فرماتے ہیں کہ میں ساری زندگی بیرون ملک رہا ہوں۔ پیشے کے لحاظ سے ڈاکٹر ہوں۔ میری بیٹی کا مسئلہ تھا کہ اسے کسی لڑکے نے ورغلایا اور پھر گھر سے لے گیا۔ کئی دنوں کے بعد واپس آئی۔ اب باوجود پابندی کے پھر گھر سے نکلنے کی کوشش کرتی تھی۔ میں نے یہ روحانی محفل کے وظائف پڑھنا شروع کر دیئے۔ بھکاری بن کر پڑھتا رہا۔ میری حیرت کی انتہا نہ رہی کہ بیٹی آہستہ آہستہ نارمل ہوگئی پھر خود وہ یہ وظیفہ پڑھنا شروع ہوگئی (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

اکیسویں صدی اور عبادات کی ورزش

انسانی صحت کے لیے ورزش کی باقاعدگی بہت ضروری ہے۔بطور ورزش نماز لاجواب ہے۔دنیا کی کوئی قوم اور مذہب نماز کے مقابلے میں کوئی ورزش پیش نہیں کرسکتی (تحریر: لیڈی ڈاکٹر فرحت شفیع گائنالوجسٹ۔جنرل اینڈ مینٹل ہسپتال مانسہرہ)

اللہ عزوجل کی بیش بہا نعمت: انسانی جسم ایک بہت بڑی فیکٹری کی مانند ہے جس میں ہزار ہا مشینیں بیک وقت اور ہمہ وقت کام میں مصروف ہیں۔اس کے علاوہ جسم انسانی میں تین سو ساٹھ کے لگ بھگ جوڑ ہیں۔یہ جوڑ مشین کے پیچوں (Screws) کی طرح ہیں۔انسانی فیکٹری میں ہر مشین کو اس کا خام مال خون مہیا کرتا ہے۔ایک طرف تو خون ہر سسٹم کو خام مال گلوکوز اور آکسیجن کی صورت میں فراہم کرتا ہے اور دوسری طرف ان سے پیدا شدہ زہریلے مادے کے اخراج میں مدد دیتا ہے۔اسی طرح جسم کے تمام جوڑوں کو گھسنے سے بچانے کے لیے مشین کو تیل (Synovial Fluid) کی صورت میں مہیا کرتا ہے جو جوڑوں کو گھسنے اور رگڑ سے محفوظ رکھتا ہے۔پس ثابت ہوا کہ انسانی فیکٹری کی کامیابی اور فعالی کا سارا دارومدار نظام دورانِ خون کی بہترین کارکردگی پر ہے۔اگر جسم کے کسی بھی حصے کو خون کی (Supply) ماند پڑ جائے یا رک جائے تو رفتہ رفتہ وہ عضو کام کرنا چھوڑ دیتا ہے اور بیکار ہو جاتا ہے۔اسکے علاوہ جسمِ انسانی میں کچھ اعضاء ایسے ہیں جن کو ہمہ وقت خون کی (Supply) کی ضرورت رہتی ہے۔اس لیے کہ وہ باقی اعضاء کی نسبت زیادہ اہم اور ممتاز ہیں اور تمام جسم کی کارکردگی کو کنٹرول کرتے ہیں مثلاً دل اور دماغ۔ہمارا جسم کشش ثقل کی گرفت میں بھی ہے۔لہٰذا خون کا بہاؤ اور دباؤ سر اور دماغ کی نسبت ہاتھوں اور پاؤں کی طرف رہتا ہے۔لہٰذا جونہی دماغ کو خون کی (Supply) میں کمی پڑ جاتی ہے انسان پر غنودگی اور نقاہت چھا جاتی ہے۔جس طرح بوتل میں دوائی پڑے پڑے تہہ میں بیٹھ جاتی ہے اور پانی اوپر کھڑا رہتا ہے۔لہٰذا دوائی کا صحیح فائدہ لینے کے لیے استعمال سے پہلے بوتل کو اچھی طرح ہلایا جاتا ہے۔اسی طرح انسان کے اندر دورانِ خون کا بھی یہی حال ہے روزمرہ کام کاج کے دوران یعنی چلتے پھرتے، کھڑے بیٹھے خون کا بہاؤ دماغ اور دل کی بجائے کششِ ثقل مائل اعضاء یعنی ہاتھوں، ٹانگوں کمر اور پیٹ کے اعضاء کی طرف چلا جاتا ہے اور وہیں قدرے رک جاتا ہے۔لہٰذا دماغ کو آکسیجن اور گلوکوز کی فراہمی اور فاسد مادوں کے اخراج کے لیے اور ہاتھ پاؤں کی سوجن ختم کرنے کے لیے ضروری ہے کہ پورے جسم کو بوتل کی طرح بار بار ہلایا جائے یا گھنٹہ گھنٹہ بعد قلابازی لگائی جائے۔لیکن ایسا کیسے ممکن ہے؟ خون کا منبع اور پمپ یعنی دل جسم اور دماغ کے وسط میں ہے یعنی دماغ دل سے اوپر اور باقی جسم سے نیچے ہے۔دماغ جسمیں جسم کو کنٹرول کرنے والے سارے سینٹرز موجود ہیں، کو آکسیجن اور گلوکوز پہنچانے کے لیے اور فاسد مادوں کے اخراج کے لیے خون کو زیادہ اور جلدی جلدی دماغ کی رگوں کا دورہ کرنا چاہیے۔لیکن دماغ تک خون پہنچانے میں پہلی رکاوٹ زمین کی کششِ ثقل ہے۔لہٰذا دل کو بہت زور زور سے اور جلدی جلدی خون کو پمپ کرنا پڑے گا۔جس کی وجہ سے دل پر بوجھ پڑے گا۔دوسری طرف ہاتھوں، پاؤں اور باقی جسم کی طرف خون خود بخود کشش ثقل کی وجہ سے بہتا رہتا ہے لیکن وہاں سے واپس دل میں پہنچنا، کشش ثقل کی مخالفت کی وجہ سے مشکل ہوتا ہے۔جیسا کہ لمبے سفر میں ہاتھ اور پاؤں سوج جاتے ہیں کیونکہ خون وہیں ٹھہر جاتا ہے اور پوری مقدار میں واپس دل میں نہیں آتا۔

مسئلہ: خون کو ہاتھ، پاؤں اور باقی جسم سے واپس دل میں اور دل سے دماغ میں لانا ایک مسئلہ ہے۔یہ مسئلہ صرف نماز ہی حل کرسکتی ہے۔نماز خون کے بہاؤ کو پورے جسم میں (Uniform) رکھنے کے لیے ناگزیر ہے، یہی وجہ ہے کہ دن اور رات میں پچاس (50) نمازیں فرض تھیں۔پچاس نمازوں کے ذریعے یہ مسئلہ بخوبی حل ہوسکتا تھا۔لیکن چونکہ انسان کمزور ہے لہٰذا کم سے کم نماز کی مقدار جس کے ذریعے خون کے اس توازن کو برقرار رکھا جاسکتا ہے وہ پانچ نمازیں ہیں یہی وجہ ہے کہ نماز فرض ہے۔نماز کے بغیر ہمارا جسم مختلف قسم کے دماغی اور جسمانی امراض میں مبتلا ہوسکتا ہے۔رکوع وسجود میں ٹانگوں، ہاتھوں کمر اور پیٹ کے عضلات تن کر کھنچ جاتے ہیں اور خون نچڑ نچڑ کر دل کی طرف جانا شروع کر دیتا ہے۔وہاں سے سجدے کی حالت میں کششِ ثقل کی وجہ سے دل کا صاف خون تیزی سے دماغ کی طرف چل پڑتا ہے اور دماغ کو وافر مقدار میں آکسیجن اور گلوکوز فراہم کرتا ہے اور دماغ میں رکے ہوئے فاسد مادے خارج کرنے میں مدد دیتا ہے اس طرح نماز میں بار بار رکوع وسجود کے ذریعے پورے جسم میں تقریباً رکا ہوا دورانِ خون کا نظام دوبارہ بحال ہو جاتا ہے اور تمام جسم میں خون کا بہاؤ متوازن ہو جاتا ہے۔

نماز کے فوائد:

اللہ تبارک وتعالیٰ کی نعمتوں میں ایک بہت بڑی نعمت نماز کا قیام ہے۔یہ اتنی بڑی نعمت ہے کہ اس کے مقابلے میں ساری دنیا کی نعمتیں کوئی حیثیت نہیں رکھتیں۔

نماز بطور ورزش: آجکل ساری دنیا کے سائنس دان اس بات پر متفق ہیں کہ انسانی صحت کے لیے ورزش کی باقاعدگی بہت ضروری ہے۔بطور ورزش نماز لاجواب ہے۔دنیا کی کوئی قوم اور مذہب نماز کے مقابلے میں کوئی ورزش پیش نہیں کرسکتی۔
(1) نماز ایک ایسی ورزش ہے جس کو بوڑھا، بچہ، عورت، مرد، جوان اور بیمار سبھی کر سکتے ہیں (2) تمام ورزشیں خالی پیٹ کی جاتی ہیں۔جبکہ نماز بھرے پیٹ بھی پڑھی جاسکتی ہیں۔
(3) سخت تھکاوٹ کے بعد کوئی ورزش نہیں کرسکتا جبکہ نماز سخت تھکاوٹ کی حالت میں بھی پڑھی جاتی ہے اور ایک دم ساری تھکاوٹ اتار کر انسان کو تازہ دم کرتی ہے۔(4) ہر ورزش کے بعد انسان تھک جاتا ہے جبکہ نماز پڑھنے کے بعد انسان کی ساری تھکاوٹ دور ہو جاتی ہے اور وہ دوبارہ کام کاج کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

خاوند کے غصے کو دور کرنے کا وظیفہ

جناب حضرت صاحب میری پریشانیاں ختم نہیں ہوتی۔میرا خاوند بہت سخت اور بدزبان ہے۔ہمارے گھر پر دوسرے دن لڑائی ہوتی ہے۔میرے خاوند کو جب دل کا دورہ پڑا تو ہسپتال میں تھے، وہاں بھی مجھ سے لڑتے۔بائی پاس کی وجہ سے میرے خاوند اٹھ نہیں سکتے تھے مگر لڑائی کرتے، ناراض ہو جاتے اور بات نہ کرتے۔ایک تو میں پہلے ہی ان کی وجہ سے پریشان اوپر سے میرے سے ناراض۔خاص طور پر جب اُنکی بھانجی نوشین آجاتی تو اور مشکل ہو جاتی۔اب تو مجھے اس سے ڈر لگنے لگا ہے وہ جب بھی آتی ہے لڑائی شروع۔اب وہ حج کر کے آئی ہے تو وہ اللہ معاف کرے، خدا بن گئی ہے۔میں کیا کروں گھر کا ماحول خراب ہوتا ہے۔میرا 13 سال کا معذور بیٹا ہے، اس کو بھی میں سنبھالوں۔زندگی بہت مشکل لگتی ہے۔ایک دفعہ میرے بیٹے کو ماسٹر صاحب پڑھانے آئے ان کے سامنے لڑائی شروع ہوگئی تو انہوں نے مجھے خاوند کا غصہ کم ہو جانے کے لیے ایک وظیفہ پڑھنے کو بتایا میں نے پڑھا مگر آپ کی اجازت کے بغیر۔وہ آیت "**وَقُلْ رَبِّ اَعُوْذُ بِکَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّیٰطِیْنِ**" آپ بھی اجازت فرمادیں تو زیادہ اثر ہوگا۔جب پڑھ کر پھونکتی ہوں تو اثر ہوتا ہے۔(پوشیدہ)

سردرد سے نجات : ذرا سا نمک کھایئے اور پھر اس کے دس منٹ بعد ٹھنڈا پانی پی لیجئے بہت جلد شفا نصیب ہوگی

خوبصورتی اور دل کشی کا احساس

انتخاب: (میمونہ ہاشمی۔ سرگودھا)

ہم غذا کو زیادہ بھون کر اس کی غذائیت ختم کر کے اپنے دسترخوان کو ذائقہ دار تو بناتے ہیں مگر غذا کا اصل کام ہمارے جسم کی نشوونما اور دیکھ بھال کے ساتھ بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت دینا ہے اور یہی کام ہم غذا سے نہیں لیتے

قدرتی طریقے سے چہرے کی حفاظت

خواتین کو اپنی خوبصورتی اور دل کشی کا احساس زمانہ قدیم سے ہے۔ وہ اپنی اچھی صحت کی طرح چہرے کو حسین بنانے کے لیے گھریلو نسخے استعمال کرتی تھیں۔ موجودہ دور کی پڑھی لکھی خواتین ان نسخوں کو آزمانے کی بجائے بیوٹی پارلروں کا رخ کرتی ہیں۔ ان کے خیال میں وقت بچانے اور زیادہ خوبصو نظر آنے کا یہ بہترین حل ہے۔ کبھی کبھار بیوٹی پارلر سے تیاری یا کسی کریم کا استعمال شاید آپ کی جلد کو نقصان نہ پہنچائے مگر مسلسل مصنوعی چیزوں کے استعمال سے چہرے کی جلد خراب ہو جاتی ہے اور اس پر داغ دھبے نمایاں نظر آنے لگتے ہیں۔ فرق صرف اتنا ہے کہ پرانے وقتوں کی خواتین گھریلو نسخے آزما کر ہمیشہ کے لیے اپنی جلد کو خوبصورت بناتی تھیں۔ ان کے چہرے کی چمک اور قدرتی سرخی مائل رنگت دیکھنے کے قابل ہوتی تھی۔ اپنے چہرے کی خوبصورتی کے لیے وہ مصنوعی چیزوں کا سہارا بھی لیتی تھیں۔ اسکی وجہ یہ ہوتی تھی کہ ان کی کاسمیٹک باورچی خانے سے مہیا ہو جاتی تھیں اور بغیر خرچ کیے وہ اپنی جلد کی قدرتی طریقوں سے حفاظت بھی کر لیتی تھیں۔ آج کل مختلف اشتہارات کے ذریعے خواتین کو گورا رنگ کرنے والی کریموں کی طرف مائل کیا جا رہا ہے۔ یہ کریمیں بیوٹی پارلروں میں استعمال کی جاتی ہیں۔ ان کے استعمال سے رنگ تو صاف ہو جاتا ہے لیکن تھوڑے عرصے بعد جلد خراب ہونے لگتی ہے۔

اس طرح چہرے کو مصنوعی طریقے سے سرخی مائل کرنے کے لیے بلشر (Blusher) کا رواج بھی ہے۔ خواتین اس کے صحیح استعمال سے مطلوبہ نتائج حاصل کر لیتی ہیں لیکن یہ سلیقہ سب میں نہیں ہوتا کہ بلشر کی کونسی قسم استعمال کی جائے۔ شیڈ سلیکشن کا بھی مسئلہ ہوتا ہے تاکہ مصنوعی پن کا اظہار نہ ہو۔ میک اپ سے ہم وقتی طور پر اپنے چہرے کو اپنی پسند اور کپڑوں کے کلر کے حساب سے خوبصورت بنا لیتے ہیں مگر کتنی خواتین ہیں جو رات کی تقریبات سے واپسی پر اپنے چہرے کا میک اپ صاف کرتی ہیں۔ اس میں شک نہیں کہ جدید کاسمیٹکس سے حوصلہ افزاء نتائج سامنے آ رہے ہیں مگر چہرے کو میک اپ سے دل کش بنانے سے بہتر ہے کہ قدرتی طریقے سے اپنے وسائل میں رہتے ہوئے چہرے کی خوبصورتی کو دائمی طور پر صحت مند بنایا جائے۔

بہت کم خواتین کو علم ہوگا کہ بیوٹی پارلر چلانے والی بعض خواتین دوسروں کو تو مصنوعی طریقوں سے خوبصورتی اور رعنائی بخشتی ہیں مگر اپنی جلد کو قدرتی طریقوں سے دلکش بناتی ہیں۔ اس کا اندازہ مجھے اداکارہ ماڈل زارا اکبر سے مل کر ہوا۔ ایک مقامی اخبار کے لیے جب میں ان کا انٹرویو کرنے لگی تو مجھے احساس تھا کہ وہ ماہر بیوٹیشن بھی ہے اور دوبئی میں بہت بڑا بیوٹی پارلر چلا رہی ہیں۔ ایک سوال کے جواب میں انہوں نے بتایا کہ اپنی سمارٹنس کے لیے میں اپنی خوراک کا خیال رکھتی ہوں۔ باقاعدہ ورزش کرتی ہوں، خوب پانی پیتی ہوں، سلاد اور سبزیوں کا زیادہ استعمال کرتی ہوں۔ چونکہ مجھے زیادہ وقت گھر سے باہر گزارنا پڑتا ہے۔ اس لیے دھوپ سے بچاؤ کے لیے چھتری استعمال کرتی ہوں اور سب سے بڑھ کر یہ کہ میں امپورٹڈ کاسمیٹکس استعمال نہیں کرتی ہوں۔ جیسا کہ عام خواتین کو امپورٹڈ کریمیں خریدنے اور استعمال کرنے کا کریز ہوتا ہے کہ وہ ہر چیز باہر کی خریدیں۔ باہر کی چیزیں باہر کے موسم کے حساب سے بنتی ہیں جو یہاں کے موسم میں درست نہیں رہتیں جبکہ اس بات کی طرف کسی کا دھیان ہی نہیں جاتا اور لوگ مہنگی سے مہنگی امپورٹڈ چیزیں خرید کر خوش ہوتے ہیں کہ وہ میڈ ان فلاں استعمال کرتے ہیں حالانکہ یہ فخر کی بات نہیں بلکہ وہ دھوکے میں رہ کر اپنا ہی نقصان کرتے ہیں۔

چہرے کی خوبصورتی کے لیے پھل اور سبزیاں کھائیں

آیئے آج آپ کو بھی کاسمیٹک کی دکان کی بجائے باورچی خانے میں لے چلیں۔ کھانے کی چیزوں میں دودھ، پھل اور سبزیاں جتنی صحت کے لیے مفید ہیں اتنی ہی جلد کے لیے بھی فائدہ مند ہیں۔ چہرے کی خوبصورتی اور رعنائی کے لیے سیب، تربوز، خربوزہ، کھیرا، کیلا سبھی پھل مفید ہیں۔ اسی طرح ہم مختلف موسمی سبزیوں سے اپنے چہرے کی جلد کو تندرست، گورا اور خوبصورت بنا سکتے ہیں۔ موسم گرما میں گرم خشک ہوائیں چہرے کی تروتازگی کو ختم کر دیتی ہیں۔ خصوصاً ملازمت پیشہ خواتین یا وہ خواتین جن کا زیادہ عرصہ گھر سے باہر گزرتا ہے۔

چہرے کو دھوئیں اور گرمی کی شعاعوں سے بچائیں

دھوپ کی تیز شعاعیں جب ان کے چہرے پر پڑتی ہیں تو اس سے نہ صرف یہ کہ ان کے چہرے کی رنگت پر اثر پڑتا ہے بلکہ خشک جلد پر بعض اوقات باریک باریک جھریاں بھی نمودار ہونے لگتی ہیں۔ پھر جلد کی چمک دمک کو برقرار رکھنے کے لیے وہ مختلف کریمیں اور لوشن استعمال کرتی ہیں۔ جو بعض اوقات انہیں موافق نہیں آتیں اور چہرہ مزید خراب ہو جاتا ہے۔ گرمیوں کے موسم میں ائیرکنڈیشنگ، فضائی آلودگی، دھواں اور جدید طرز کا دباؤ بھی جلد کو تباہی کے دہانے تک پہنچانے کے لیے کافی ہے۔ اس کے لیے آپ کو چہرے پر ماسک لگانا پڑے گا۔ خصوصاً اگر آپ راتوں کو دیر تک جاگتی ہیں یا ذہنی دباؤ کا شکار رہتی ہیں۔ سوزش والی اور چٹخنے والی جلد کے لیے بہترین ماسک کھیرا، سبز انجیر اور گھیکوار کا گودہ (ایلو ویرا) ہے۔ یہ آپ کے سوچنے اور سمجھنے کی طاقت کو بھی توانا کرتے ہیں۔ روکھی جلد کے لیے شہد، میدہ، عرق گلاب اور لیموں کو ہم وزن ملا کر پیسٹ بنا کر چہرے پر مل لیں اور سوکھ جانے پر اسے کھرچ کر صاف کر لیں۔ ایک عمدہ فیس ماسک ملتانی مٹی، عرق گلاب سے مل کر بنتا ہے۔ یہ چہرے کے گرد و غبار کو صاف کر دیتا ہے اور چکنی جلد کے لیے خاص طور پر فائدہ مند ہوتا ہے۔ موجودہ دور میں جہاں بہت سی چیزوں میں تبدیلیاں آئی ہیں وہاں ہماری طرز زندگی اور غذائی عادات میں تبدیلیاں آئی ہیں۔ اب ہم غذا کو زیادہ بھون کر اس کی غذائیت ختم کر کے اپنے دسترخوان کو ذائقہ دار تو بناتے ہیں مگر غذا کا اصل کام ہمارے جسم کی نشوونما اور دیکھ بھال کے ساتھ بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت دینا ہے اور یہی کام ہم غذا سے نہیں لیتے۔ ہمارے جسم کا ایک ایک ذرہ اس خوراک سے بنتا ہے جو ہم نے کسی بھی وقت استعمال کی تھی۔ خوراک ہی ہمارے جسم میں طاقت پیدا کرتی ہے۔ یہ نئے رگ و ریشے بناتی ہے، پرانے رگ و ریشے کی مرمت کرتی ہے۔ اس لیے ہمیں غذا کے معاملے میں خاص محتاط رویہ اختیار کرنے کی ضرورت ہے کہ کس قسم کی خوراک ہمارے لیے فائدے یا نقصان کا باعث بن سکتی ہے۔ بعض خواتین رنگت کو گورا کرنے کے لیے مختلف کریمیں استعمال کرتیں ہیں تو ان کے لیے عرض ہے کہ سانولی رنگت کو گورا نہیں کیا جا سکتا۔ حالانکہ سانولی رنگت میں بہت کشش ہوتی ہے جس سے گوری لڑکیاں محروم ہوتی ہیں تو رنگت کو گورا کرنے کے لیے جتن کرنا بیکار ہے ہاں البتہ سانولی لڑکیاں چہرے کو نکھارنے کے لیے آزمودہ نسخوں کو استعمال کر کے مطلوبہ نتائج حاصل کر سکتی ہیں (بقیہ صفحہ نمبر 31 پر)

طالب علم دراصل جن تھا

(عزیز الرحمٰن عزیز، پشاور)

میاں جی غصے میں تھے اور کہہ رہے تھے کہ تم جن ہوکر دوسرے بچوں کے ساتھ تعلیم حاصل کر رہے ہو کہیں ان بچوں کو کوئی نقصان یا تکلیف نہ پہنچا دو۔ میں اس کی سزا ضرور دونگا تمہیں۔ بڑی منت سماجت کے بعد لڑکے نے میاں جی کو راضی کرلیا

ہمارے پشاور میں آسیہ ایک علاقہ ہے۔ جو کہ آسیہ وارڈ کہلاتا ہے۔ جہاں ایک مسجد ہے جس کے بالکل سامنے کی طرف ایک بالا خانہ ہے جو کہ مسجد کی ملکیت تھا۔ اس بالا خانہ میں ایک مولوی صاحب (میاں جی کے نام سے مشہور) بچوں کو قرآن ناظرہ اور حفظ بھی کراتے تھے اور دیگر دینی کتب بھی پڑھاتے تھے۔ میاں جی انتہائی مہربان اور شفیق انسان اور سلف صالحین کا نمونہ تھے۔ تمام شاگردان کا انتہائی ادب و احترام کرتے تھے۔ کبھی کسی بھی طالب علم کو میاں جی سے کوئی گلہ یا شکایت نہیں تھی۔ ایک دن ایک بچہ جو کہ 8/9 سال کا ہوگا، آیا۔ میاں جی نے پوچھا بیٹا کیوں اور کس لیے آئے ہو تو لڑکے نے انتہائی ادب سے کہا کہ حضرت میں قرآن پڑھنا چاہتا ہوں۔ میاں جی نے خوش ہوکر اسے کہا کہ برخودار اپنے کسی بڑے کو لیکر آؤ۔ ان شاء اللہ ہم حاضر ہیں اور رہیں گے۔ لڑکا گویا ہوا کہ میاں جی مجھے قرآن پڑھنے اور حفظ کرنے کا شوق ہے نیز میرا کوئی بھی نہیں جسے میں آپ کے پاس لاؤں اگر کوئی ہوتا تو میں ضرور لیکر آجاتا۔ لہذا مجھے ویسے ہی مدرسہ میں داخلہ دے دیں۔ میں ان شاء اللہ آپ کی پوری طرح خدمت کرتا رہوں گا۔ بہر حال میاں جی نے اس لڑکے کو اپنے مدرسہ میں داخلہ دے دیا۔ اب میاں جی نے دوسرے بچوں کی طرح اسے بھی پڑھانا شروع کردیا۔ لڑکا انتہائی لائق فائق تھا۔ ناظرہ اس نے 6 ماہ میں مکمل کرلیا اور اب حفظ کرنا شروع ہوا۔ خدا کا کرنا کہ ایک دن میاں جی کی اہلیہ بیمار پڑ گئیں۔ طبیب و معالجین نے اس خاتون کے لیے کوئی بے موسم کا پھل تجویز کیا۔ میاں جی بڑے اداس تھے بلکہ تمام طالب علم بھی اداس اور غمزدہ تھے۔ تو اس لڑکے نے وہ پھل لاکر دے دیئے۔ میاں جی ایک دم چونک سے گئے اور حیرانگی سے اس لڑکے کی طرف شک بھری نظروں سے دیکھنے لگے۔ ایک دم انہوں نے لڑکے کو کان سے پکڑا اور خوب زور سے اس کا کان مڑوڑا۔ لڑکا چیخا اور معافی کا طلب گار ہوا اور ہاتھ جوڑ کر رونے لگا۔ میاں جی غصے میں تھے اور کہہ رہے تھے کہ تم جن ہوکر دوسرے بچوں کے ساتھ تعلیم حاصل کر رہے ہو کہیں ان بچوں کو کوئی نقصان یا تکلیف نہ پہنچا دو۔ میں تمہیں اس کی سزا ضرور دونگا۔ بڑی منت سماجت کے بعد لڑکے نے میاں جی کو راضی کرلیا اور رازداری سے میاں جی سے بولا حضرت میں کم از کم 8 یا 10 ماہ سے میں آپ کے پاس ہوں یہ سارے بچے میرے بھائیوں کی طرح ہیں۔ میں نے آج تک کوئی بھی شرارت نہیں کی۔ میں تو اس فکر میں رہتا ہوں کہ قرآن کریم حفظ کرکے آپ سے اجازت لیکر واپس چلا جاؤں۔ میاں جی اس کے اس بیان سے مطمئن ہوگئے کیونکہ واقعی 8 یا 10 ماہ میں اس نے کوئی بھی شرارت نہیں کی ا۔ لہذا اسے معاف کردیا گیا اور دونوں مطمئن ہوگئے۔

اسی طرح وقت گزرتا رہا کہ ایک دن گلی میں سپیرا بین بجاتا ہوا گزر رہا تھا کہ تمام بچے بین کی آواز کی طرف متوجہ ہو گئے۔ پتہ نہیں اس لڑکے (جن) کو کیا سوجھی کہ میاں جی کو کہنے لگا کہ آج بچوں کو کوئی تماشہ دکھانا چاہئیے۔ آپ سپیرے کو بلائیں کہ یہاں سانپ ہے۔ کہیں کسی بچے کو کوئی نقصان نہ پہنچا دے براہ کرم اس سانپ کر پکڑ لیں۔ میاں جی موڈ میں تھے۔ انہوں نے اجازت دے دی۔ (جن) نے ساتھ ہی میاں جی کو کہا کہ یہ سپیرا مجھے پکڑ نہ سکے گا اگر انہوں نے مجھے پکڑ لیا تو مجھے ہر حال میں میں چھڑوالینا اور واقعی شام تک سپیرے کا بین بجا بجا کر برا حال ہوگیا۔ تھک ہار کر بیٹھ گیا اور اسکے سامنے ایک خطرناک قسم کا ناگ تھا اور جھوم رہا تھا۔ بہرحال تھک ہار کر سپیرا کہنے لگا میں کل اپنے استاد کو لیکر آؤں گا۔ دوسرے دن بمع اپنے استاد کے آن حاضر ہوا اور لگے بین بجانے اور کچھ ہی دیر بعد ناگ پھنکارتا ہوا کوٹھری سے باہر آگیا جب استاد سپیرے نے اسے دیکھا تو وہ بین بجانا بھول گیا کیونکہ وہ سانپ بہت ہی خطرناک تھا اور جسے قابو کرنا ضروری تھا۔ مگر ساری محنت بیکار گئی اور دونوں استاد شاگرد سپیرے مایوس اور ناکام لوٹ گئے اور حسب سابق کہہ گئے کہ ہم راجپوتانہ سے اپنے استاد کو بلاتے ہیں آپ انتظار کریں۔ اس دن دونوں سپیرے چلے گئے۔ تمام بچے سہمے ہوئے تھے میاں جی بھی پریشان تھے کہ یہ میں نے کیا کر دیا۔ کچھ دن تو آرام و سکون سے گزر گئے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

خیر کی طلب اور شر سے پناہ

ہم خیر طلب کرتے ہیں جو تجھ سے تیرے رسول ﷺ نے طلب کی اور ان تمام شرور سے پناہ مانگتے ہیں جس سے رسول ﷺ نے پناہ مانگی

رحمۃ للعالمین ﷺ کی زندگی کا بیشتر حصہ، اٹھتے بیٹھتے، صبح شام اپنے رب کے حضور دست بدعا رہ کر ہی گزرا۔ وہ کونسی امکانی خیر تھی جو آپ ﷺ نے اللہ سے طلب نہیں کی، عام انسانوں کا ذہن بھی جدھر نہیں جا سکتا تھا۔ آپ کا پاکیزہ ذہن اس طرف جاتا لیکن آپ کے جانثاروں کیلئے مشکل یہ تھی کہ خلوت کی ان مناجاتوں کی تفصیلات کا ان کو پتہ نہیں لگتا تھا' اگر علم ہو بھی جاتا تو اس کو یاد رکھنا مشکل تھا۔ چنانچہ ہمت کرکے ایک دن دربار نبوت میں ان کی یہ معروضات پیش ہوئیں اور کہا گیا کہ اے رحمۃ للعالمین ﷺ:۔ آپ ﷺ نے خیر کے لیے بے شمار دعائیں کی ہیں جو ہمیں یاد نہیں رہتی' اس پر جواب ملا کہ کیا میں تمہیں ایسی دعا نہ بتلاؤں جو ان تمام دعاؤں کا احاطہ کرے' تم کہو: اے اللہ! ہم تجھ سے وہ تمام خیر طلب کرتے ہیں جو تجھ سے تیرے رسول نے طلب کیں اور ان تمام شرور سے پناہ مانگتے ہیں جن سے تیرے رسول ﷺ نے پناہ مانگی۔

"اَللّٰھُمَّ اِنَّا نَسْأَلُکَ مِنْ خَیْرِ مَاسَاَلَکَ مِنْہُ نَبِیُّکَ مُحَمَّدٌ ﷺ وَنَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّمَا اسْتَعَاذَکَ مِنْہُ نَبِیُّکَ مُحَمَّدٌ ﷺ"

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کرکے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

"فالسہ" موسم گرما کا معالج

فالسے کو دو روز سے زیادہ بغیر فرج کے نہیں رکھا جا سکتا، خراب ہو جاتا ہے۔ تیز بخاروں میں فالسہ کا جوس دینے سے مریض کی تسکین ہوتی ہے۔ فالسے کے بیج قابض ہوتے ہیں اور سدہ پیدا کرتے ہیں (انتخاب: آصف جمیل، نواب شاہ)

عربی فالسہ فارسی پالسہ

سندھی بھارواں انگریزی Grewia Asiatica

فالسہ ابتداء میں سبز پھر سرخ اور آخر میں سیاہی مائل ہو جاتا ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں وترش ہوتا ہے۔ اس کے پھول زرد ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج سرد، دوسرے درجے میں اور تر، درجہ اول میں ہوتا ہے، اس کی مقدار خوراک تین تولہ سے ایک چھٹانک تک ہوتی ہے، اس کے بے شمار فوائد ہیں۔

فالسہ کے فوائد:

(۱) فالسہ مقوی دل ہوتا ہے (۲) فالسہ معدہ اور جگر کو طاقت دیتا ہے (۳) یہ پیاس بجھاتا ہے (۴) پیشاب کی سوزش کو ختم کرتا ہے (۵) یہ مُبَرِّد اور قابض ہوتا ہے (۶) گرمی کے بخار کو فائدہ دیتا ہے (۷) فالسہ کا پانی نکال کر اس سے شربت بنایا جاتا ہے (۸) اختلاج القلب اور خفقان کو بے حد مفید ہوتا ہے (۹) فالسے کا رُب بھی بنایا جاتا ہے جس کو معدہ کی قوت کیلئے استعمال کیا جاتا ہے (۱۰) فالسے کی جڑ کا چھلکا سوزاک اور ذیابیطس میں استعمال کرانا مفید ہوتا ہے۔ (مقدار خوراک ایک ماشہ ہمراہ پانی صبح وشام) (۱۱) فالسے کے پانی سے غرارے کرنے سے خناق کو فائدہ ہوتا ہے (۱۲) یہ صفراوی اسہال ہچکی اور قے کو بند کرتا ہے (۱۳) تپ دق میں فالسے کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے (۱۴) معدے اور سینے کی گرمی اور جلن کو دور کرتا ہے (۱۵) دل کی دھڑکن اور خاص طور پر بے چینی کو دور کرتا ہے (۱۶) کھٹا اور نیم پختہ فالسہ استعمال نہیں کرنا چاہئے (۱۷) عورتوں کی مخصوص بیماریوں مثلاً لیکوریا اور سیلان الرحم میں مفید ہوتا ہے (۱۸) ذیابیطس کیلئے فالسے کے درخت کا چھلکا پانچ تولے اور کوزہ مصری تین تولے لے کر چھلکے کو رات پانی میں بھگو دیں اور صبح مصری ملا کر مریض کو ایسی ہی خوراک پانچ روز تک پلانا بے حد مفید ہوتا ہے۔ اس سے ذیابیطس (شوگر) پر کنٹرول ہو جاتا ہے۔ (۱۹) جگر کی گرمی کو دور کرنے کیلئے فالسے کو جلا کر کھار بنائیں اور تین رتی صبح وشام استعمال کریں (۲۰) فالسہ مصفّی خون بھی ہے (۲۱) فالسے کا شربت بنانے کا طریقہ درج ذیل ہے۔ آدھ سیر پختہ فالسہ، ایک سیر چینی، پہلے فالسے کو پانی میں خوب رگڑ کر چھان لیں اور چینی ملا کر قوام تیار کریں، جب قوام گاڑھا ہو جائے تو شربت تیار ہے۔ ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں بند کر لیں۔ یہ شربت مقوی معدہ و دل ہوتا ہے، جگر کی حرارت کو تسکین دیتا ہے، قے، دستوں اور پیاس کو فائدہ دیتا ہے (۲۲) جن کا معدہ بوجھل رہتا ہو طبیعت متلاتی ہو اور کھانے کی نالی میں جلن محسوس ہوتی ہو ایک پاؤ فالسہ کا پانی نکال کر تین پاؤ چینی ملا کر گاڑھا شربت تیار کریں یہی شربت تین بڑے چمچے ہر کھانے کے بعد چاٹنے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے (۲۳) فالسے کے درخت کی چھال کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے ایک چھٹانک میں آدھ چھٹانک بنولہ کوٹ کر دونوں کو ایک سیر پانی میں بھگو دیں دو دفعہ مل چھان کر پھیکا یا نمک ملا کر پلانے سے ذیابیطس شکری کنٹرول ہو جاتی ہے (۲۴) پھوڑے پھنسیوں پر فالسے کے پتے رگڑ کر لگانے سے فوراً فائدہ ہوتا ہے (۲۵) فالسے کو دو روز سے زیادہ بغیر فرج کے نہیں رکھا جا سکتا، خراب ہو جاتا ہے (۲۶) تیز بخاروں میں فالسہ کا جوس دینے سے مریض کی تسکین ہوتی ہے (۲۷) فالسے کے بیج قابض ہوتے ہیں اور سُدّہ پیدا کرتے ہیں۔ (۲۸) اس کی جڑ کی چھال کا جوشاندہ بنا کر پینا جوڑوں کے درد میں بے حد مفید ہوتا ہے (۲۹) فالسے کا شربت فساد خون کو بے حد مفید ہوتا ہے (۳۰) فالسے کی جڑ کی چھال دو تولے رات کو بھگو کر صبح اس کا پانی پینے سے سوزاک، سینے کی جلن اور پیشاب کی سوزش دور ہوتی ہے (۳۱) فالسے کا متواتر استعمال خون اور صفراء کی تیزی کو دفع کرتا ہے (۳۲) فالسے کے پتے، بیج اور رس، ان میں کسی ایک کو پانی میں رگڑ کر پینے سے مثانے کی گرمی دور ہوتی ہے (۳۳) فالسہ سرد مزاج والوں کو نقصان دہ ہوتا ہے (۳۴) سینے اور پھیپھڑوں کو نقصان پہنچاتا ہے، اس لئے احتیاط سے اسے استعمال کرنا چاہئے اور ضرورت سے زیادہ نہیں (بقیہ صفحہ نمبر 14 پر)

پیشاب کنٹرول کرنے کا طریقہ

اس شکایت کے لیے جو دوائیں استعمال کی جاتی ہیں ان کے مضر اثرات بہت ہوتے ہیں، لیکن پیڑو کے پٹھوں کو کنٹرول کرنے کے طریقوں سے زیادہ فائدہ ہوتا ہے اور یہ شکایت اعتدال پر آجاتی ہے

بوڑھے خصوصاً عمر رسیدہ خواتین پیشاب کے بے ارادہ اخراج کی شکایت کی زیادہ شکار رہتی ہیں۔ اس کے لیے جو دوائیں استعمال کی جاتی ہیں ان کے پہلوئی اثرات ہوتے ہیں۔ ان کے برخلاف ایسے افراد کو نفسیاتی علاج کے ساتھ اپنے پیڑو کے پٹھوں کو کنٹرول کرنے کے طریقوں سے زیادہ فائدہ ہوتا ہے اور یہ شکایت اعتدال پر آجاتی ہے۔

جرنل آف امریکن میڈیکل ایسوسی ایشن کی ایک حالیہ اشاعت کے مطابق ۵۵ سے ۹۲ سال کی ایسی ۲۲۲ خواتین پر اس سلسلے میں تجربات کیے گئے۔ ان کے تین گروپ بنائے گئے اور ہر گروپ کے لیے الگ الگ انداز میں علاج تجویز کیا گیا ہے۔ علاج کا یہ سلسلہ آٹھ ہفتوں تک جاری رہا۔

نفسیاتی تحریک اور پیڑو کے پٹھوں کو کنٹرول کرنے کے اس طریق علاج کے لیے ہر گروپ دو ہفتوں کے بعد ہسپتال آتا رہا، جہاں انہیں پیڑو کے پٹھوں کو کنٹرول اور انہیں ڈھیلا چھوڑنے کا طریقہ سکھایا جاتا تھا۔ انہیں اس دوران پیٹ کے عضلات ڈھیلے رکھنے کا طریقہ بھی سکھایا گیا۔ اس کے بعد انہیں بیٹھی ہوئی حالت میں پیشاب زور سے آنے کا احساس کرتے ہوئے پورے جسم کو ڈھیلا رکھنے کا طریقہ سکھایا گیا اور اس دوران اس تقاضے کی شدت کو کم کرنے کے لیے پیڑو کے پٹھوں کو بار بار سکیڑنے اور اسی کے ساتھ مثانے کے سکڑنے کے عمل اور اس کی شدت کو روکنے کو کہا گیا، تا کہ پیشاب خارج نہ ہو، پیشاب کا زور اور شدت کم ہو جانے پر انہیں ٹائلٹ جا کر فارغ ہونے کو کہا گیا۔ پیڑو کی ورزش دن میں تین مرتبہ (پندرہ پندرہ بار) کرنے کی ہدایت کی گئی۔ دوسرے گروپ کو یہی ورزش ایک نگران کے زیر نگرانی کرائی گئیں اور تیسرے کو تحریری صورت میں دی گئیں جسے پڑھ کر اس گروپ کی خواتین نے گھر ہی پر عمل کیا۔ اس طریق علاج سے تینوں ہی گروپ کی خواتین کو فائدہ ہوا اور پیشاب روکنے کی صلاحیت ان میں بہتر ہوگئی۔

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

عبقری 24 آنکھوں کی بینائی کے لیے مجرب: گاجروں کا زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔ اس سے آنکھوں کی بینائی بڑھاپے میں بھی خراب یا کمزور نہیں ہوسکتی

بڑوں کا بچپن اور عظیم ماں

ماں نے جواب دیا کہ تم میں سے ایک مسائل میں الجھ رہا تھا اور دوسرا پیچھے کھڑا اس کے دل کو دیکھ رہا تھا۔ تم دونوں میں سے اللہ کی طرف تو ایک بھی متوجہ نہ تھا لہٰذا تم دونوں میرے کام کے نہ بنے۔

مثالی ماں

ہر انسان بلکہ ہر جاندار اس دنیا میں رہنے کے لیے اس چیز کا محتاج ہے کہ اس کے لیے کوئی معاون مددگار، مربی، مشفق ہستی ہو جو ہر مسئلہ، ہر مقام پر اس کو درپیش مسائل کا کوئی آسان اور سہل حل ایسے انداز میں بتلائے اور سکھائے کہ اس کے ذہن کی تمام الجھنیں اور پریشانیاں فی الفور ختم ہو جائیں اور اس کے ہر کام کا انجام اپنے پروردگار کی رضا و محبت کا حصول بن جائے۔ کیونکہ انسان کا دوسرا نام بندہ ہے، جس کا مطلب ہی یہی ہے کہ ہر لمحہ، ہر وقت اور ہر فعل سے یہ ظاہر ہو کہ وہ رب تعالیٰ کی بندگی یعنی اس کو یاد کرتا ہے، کسی لمحہ بھی اس سے غافل نہیں۔ حضرت امام غزالیؒ اپنے وقت کے بہت بڑے عالم اور اللہ کے ولی تھے۔ یہ ابھی بچپن کی منازل طے کر رہے تھے کہ والد محترم کے سایہ شفقت سے محروم ہوگئے۔ ان کا اصل نام محمد غزالی تھا اور چھوٹے بھائی کا نام احمد غزالی، دونوں کی تربیت ان کی والدہ محترمہ نے بڑی جاں فشانی سے کی۔ وہ بہت اللہ والی خاتون تھیں۔ دونوں بھائیوں کو ایک دوسرے سے بڑھ کر اپنی ماں سے محبت تھی۔ اپنے سارے مسائل آ کر ان کو پیش کرتے اور وہ اتنا آسان حل نکال دیتیں جس کی وجہ سے وہ بہت عمدہ طریقہ سے اپنے تعلیمی مراحل طے کرتے ہوئے وقت کے امام کہلائے۔ محمد غزالی بڑے واعظ، شعلہ بیان خطیب تھے۔ مسجد میں ان کا بہت بڑا تفسیر و حدیث کا حلقہ ہوتا۔ تمام نمازوں کی امامت خود کرواتے، لوگوں کا ایک ہجوم ان کے اردگرد رہتا لیکن اس کے برعکس ان کے چھوٹے بھائی احمد غزالی بالکل الگ تھلگ اپنی دنیا آباد کیے ہوئے تھے۔ عالم وہ بھی تھے لیکن خلوت پسند۔ دونوں کی طبیعت میں بہت فرق تھا۔ احمد غزالی ہر وقت بس اپنے حجرہ شریف میں رہتے۔ وہیں عبادت و ریاضت کرتے رہتے یہاں تک کہ مسجد میں نماز پڑھنے کی بجائے اپنی الگ نماز پڑھتے۔

ایک مرتبہ امام غزالی نے اپنی والدہ سے کہا امی! لوگ مجھ پر اعتراض کرتے ہیں کہ آپ تو اتنے بڑے خطیب اور واعظ ہیں، مسجد کے امام بھی ہیں لیکن احمد کو نہیں نصیحت کرتے کہ وہ آپ کے پیچھے نماز پڑھے۔ آپ بھائی سے کہیں کہ وہ میرے پیچھے نماز پڑھا کرے۔

بھائی نے پیچھے نیت باندھ لی لیکن عجیب بات ہے کہ ایک رکعت پڑھنے کے بعد جب دوسری رکعت شروع ہوئی تو ان کے بھائی نے نماز توڑ دی اور جماعت سے باہر نکل آئے۔ جب امام غزالی نے نماز مکمل کرلی تو ان کو بڑی سبکی محسوس ہوئی۔ وہ بہت زیادہ پریشان ہوئے اور مغموم دل کے ساتھ گھر واپس لوٹے۔ ماں نے جب بیٹے کو دیکھا کہ بڑا مغموم اور پریشان ہے تو پوچھا کیا ہوا؟ احمد نے نماز نہیں پڑھی کیا؟ تو انہوں نے جواب دیا بھائی نہ جاتا تو زیادہ بہتر رہتا۔ ماں زیادہ گھبرا گئیں بولیں کیا ماجرا ہوا، بتاؤ تو سہی؟ انہوں نے عرض کی امی! یہ گئے اور ایک رکعت پڑھنے کے بعد نماز توڑ کر دوسری رکعت میں گھر آ گئے۔ ماں نے فوراً آواز دی ادھر آؤ یہ کیا کیا آپ نے؟ چھوٹا بھائی تھا تو چھوٹا لیکن تھا اونچے درجے کے عالموں میں سے۔ فوراً جواب دیا امی! میں ان کے پیچھے نماز پڑھنے لگا پہلی رکعت تو انہوں نے ٹھیک پڑھائی، دوسری رکعت میں ان کا دھیان اللہ کی بجائے کسی اور طرف لگ گیا۔ اس لیے میں نے ان کے پیچھے نماز چھوڑ دی اور آ کر الگ پڑھ لی!

اب ماں محمد کی طرف متوجہ ہوئیں۔ کیا بات ہے؟ وہ کہنے لگے امی بالکل ٹھیک بات ہے۔ نماز سے پہلے میں فقہ کی کتاب کا مطالعہ کر رہا تھا کہ دوسری رکعت میں دفعتاً کوئی مسئلہ ذہن میں آیا اور دھیان اس طرف مائل ہوگیا۔ اس لیے مجھ سے غلطی ہوگئی۔ ماں نے اس وقت ایک ٹھنڈی سانس لی اور کہا تم دونوں میں سے کوئی بھی میرے کام کا نہ بنا۔ یہ جواب سن کر دونوں بھائی پریشان ہوگئے۔ امام غزالیؒ نے معافی مانگ لی۔ امی مجھ سے غلطی ہوئی ہے مجھے ایسا نہیں کرنا چاہیے تھا۔ آئندہ سے پوری توجہ دھیان سے نماز کا اہتمام کروں گا۔

مگر احمد غزالیؒ پوچھنے لگے امی مجھے تو کشف ہوا تھا، اس کشف کی وجہ سے میں نے نماز توڑی۔ میں آپ کے کام کا کیوں نہ بنا؟ ماں نے جواب دیا کہ تم میں سے ایک مسائل میں الجھ رہا تھا اور دوسرا پیچھے کھڑا اس کے دل کو دیکھ رہا تھا۔ تم دونوں میں سے اللہ کی طرف تو ایک بھی متوجہ نہ تھا لہٰذا تم دونوں میرے کام کے نہ بنے۔ دیکھا بچو! اپنے وقت کے ولی بھی اپنی اصلاح کی خاطر ماں کے سامنے سرنگوں ہیں جس سے پتہ چلا کہ زندگی کے ہر موڑ پر انسان کو ایک ناصح کی ضرورت پڑتی ہے۔ ماں ایک عظیم درسگاہ ہے۔ جس نے اماں کی تعظیم کی وہ اپنی منزل کو پہنچ گیا۔ یہی وجہ ہے کہ حدیث شریف میں آیا ہے۔ **اَلْجَنَّةُ تَحْتَ اَقْدَامِ الْاُمَّهَاتِ** جنت ماں کے قدموں تلے ہے۔ (مرسلہ: قاری عبدالرزاق۔ خانیوال)

ملک الموت سے ملاقات

ایک بادشاہ تھا جس کا ارادہ اپنی مملکت کی زمین کی سیر اور حال دیکھنے کا ہوا۔ اس مقصد کے لیے اس نے ایک جوڑا منگایا۔ ایک جوڑا لایا گیا اس کو پسند نہیں آیا۔ دوسرا منگایا گیا، غرض بار بار کے بعد نہایت پسندیدہ جوڑا پہن کر سواری منگائی گئی۔ ایک عمدہ گھوڑا لایا گیا، پسند نہ آیا۔ اس کو واپس کر کے دوسرا، تیسرا منگایا۔ جب وہ بھی پسند نہ آیا تو سب گھوڑے سامنے لائے گئے۔ ان میں سے بہترین گھوڑا پسند کر کے سوار ہوا۔ شیطان مردود نے اس وقت اور بھی نخوت ناک میں پھونک دی۔ نہایت تکبر سے سوار ہوا۔ حشم و خدم، پیادہ فوج ساتھ چل رہی تھی مگر بڑائی اور تکبر کی وجہ سے بادشاہ ان کی طرف دیکھنا بھی گوارہ نہ کرتا تھا۔ راستہ میں چلتے چلتے ایک شخص نہایت خستہ حال کپڑوں میں ملا۔ اس نے سلام کیا۔ بادشاہ نے التفات بھی نہ کیا۔ اس خستہ حال نے گھوڑے کی لگام پکڑ لی۔ بادشاہ نے اس کو ڈانٹا کہ لگام چھوڑ، اتنی جرأت کرتا ہے؟

اس نے کہا مجھے تجھ سے ایک کام ہے۔ بادشاہ نے کہا اچھا صبر کر۔ جب میں سواری سے اتروں گا اس وقت کہہ لینا۔ اس نے کہا نہیں ابھی کہنا ہے اور یہ کہہ کر زبردستی لگام چھین لی۔ بادشاہ نے کہا کہہ، اس نے کہا بہت راز کی بات ہے، کان میں کہنی ہے۔ بادشاہ نے کان اس کے قریب کر دیا اور اس نے کہا میں ملک الموت ہوں، تیری جان لینے آیا ہوں۔ یہ سن کر بادشاہ کا چہرہ فق ہوگیا اور زبان لڑکھڑا گئی۔ پھر کہنے لگا کہ اچھا مجھے اتنی مہلت دیدیں کہ میں گھر میں جا کر کچھ اپنے سامان کا انتظام کر دوں۔ گھر والوں سے مل لوں۔

فرشتے نے کہا کہ بالکل مہلت نہیں ہے۔ اب تو اپنے گھر کو اور سامان کو کبھی نہیں دیکھ سکے گا۔ یہ کہہ کر اس کی روح قبض کر لی۔ وہ گھوڑے پر سے لکڑی کی طرح نیچے گر گیا۔ اس کے بعد وہ فرشتہ ایک نیک مسلمان کے پاس گیا (بقیہ صفحہ نمبر 28 پر)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

اولاد کی پریشانی

میرے دو بیٹے ہیں گیارہ سال اور نو سال کی عمر ہے، مگر یہ دونوں بڑے ہی تخریب پسند ہیں۔سارا گھر منٹوں میں الٹ پلٹ کر دیتے ہیں۔ بہت اچھے تعلیمی ادارے میں پڑھتے ہیں۔اس کے باوجود نوکروں کے ساتھ ان کا رویہ بڑا غلط ہے۔میں ٹوکتی ہوں تو تھوڑی دیر کے لیے چپ ہو جاتے ہیں پھر وہی حال۔بات بات پر نوکروں کو جان سے مارنے کی دھمکی، گالم گلوچ، بلکہ اب تو چھری کانٹا بھی اٹھا کر پھینک دیتے ہیں۔ٹی وی پر مار دھاڑ والی فلمیں دیکھنا اور عجیب و غریب ڈراؤنی شکلوں والی سٹوری بک پڑھنا ان کا مشغلہ ہے۔میرے شوہر کاروباری آدمی ہے۔وہ ان پر مکمل توجہ نہیں دے سکتے اور یہ بچے میرے قابو سے باہر ہوتے جا رہے ہیں۔ میں ان کو کس طرح سمجھاؤں؟ (نعیمہ۔لاہور)

جواب: بچوں کا یہ رویہ آج کل عام ہو رہا ہے۔ پہلے مشترکہ فیملی سسٹم تھا۔رات ہوئی تو دادی، پھوپھی، بچوں کو لیکر بیٹھ جاتی تھیں۔پہلے بچوں سے کلمہ سنتے پھر ان کو چھوٹی چھوٹی سورتیں یاد کراتیں۔اس کے بعد ان کو مذہبی، تاریخی کہانیاں سناتیں۔جنوں، پریوں، بادشاہ اور شہزادی کی کہانیاں بھی سنائی جاتیں، مگر ان میں بہادری اور ہمت کی داستان ہوتی۔ اب مسئلہ یہ ہے کہ باپ تو اپنے کاروبار کی آڑ لے کر بچوں پر توجہ نہیں دیتے۔ ماؤں کے اپنے مسائل ہوتے ہیں۔اب آپ ہی کو یہ کام کرنا پڑے گا۔آپ نے یہ نہیں لکھا بچے قرآن پاک پڑھتے ہیں یا نہیں۔اگر پڑھتے ہیں تو مولوی صاحب سے کہیں باتوں باتوں میں ان کو نیکی کا سبق دیں۔ نہیں پڑھتے تو آپ ان کے لیے فوراً قاری صاحب کا انتظام کیجئے تا کہ یہ دنیاوی تعلیم کے ساتھ ساتھ دینی تعلیم حاصل کریں۔ بچوں کو آپ ڈراؤنی کتابیں خرید کر نہ دیں، بلکہ جو کتابیں ہیں ان کو بھی آہستہ آہستہ غائب کر دیں، ان کے لیے معلوماتی اور خوبصورت تصویروں والی کتابیں بازار سے دستیاب ہیں، وہ ان کو لا کر دیں۔قصص القرآن کی کتابیں بھی مل جاتی ہیں۔ آپ خود بیٹھ کر ان کو ایک قصہ سنایا کریں۔ٹی وی پر مار دھاڑ کی فلمیں دیکھ دیکھ کر بچے تخریب پسند ہو جاتے ہیں۔ان کے ذہن کچے ہوتے ہیں۔ایسی کتابیں پڑھ کر بھی ذہن پر اثر ہوتا ہے۔آپ کے حالات اچھے ہیں آپ بچوں کو کمپیوٹر کی طرف متوجہ کر سکتی ہیں۔اس کے ساتھ ساتھ آپ کو کچھ وقت بچوں کے لیے نکالنا پڑے گا تا کہ ان کو باتوں باتوں میں آپ اچھی باتیں سکھا سکیں۔تعلیمی اداروں میں اتنا کچھ نہیں سکھایا جاتا جس کی عام طور پر توقع کی جاتی ہے۔ایک بڑا تعلیمی ادارہ ہے اس میں زیر تعلیم سات سالہ بچہ دیکھا۔اس کے ماں باپ تعریف کر رہے تھے کہ ہمارے بچے پر ایک لاکھ روپے سالانہ خرچ ہوتا ہے۔اس بچے نے آتے ہی کوک کا گلاس قالین پر پھینکا۔دوسرے، گلاس کو ٹھوکر ماری۔تیسری بار نوکر گلاس کو دھو کر لایا تو اسے گالی دی اور ٹرے الٹ پلٹ دی۔اس کی ماں بڑے فخر سے کہہ رہی تھی اس کی ٹیچر کہتی ہیں بچوں کو ڈانٹنا نہیں چاہیے، ان کی شخصیت مجروح ہوتی ہے۔وہ بچہ آدھے گھنٹے کے لیے آیا تھا۔اس وقفے میں اس نے چار گلاس توڑے، نوکر کو گالیاں دیں، دو ڈیکوریشن پیس اٹھا کر پھینک دیے، کشن پر کوک انڈیل دی، صوفہ خراب کیا۔لیکن ماں باپ اطمینان سے بیٹھے رہے، بچے کو روکا نہیں۔اب ایسے بچے بڑے ہو کر کیا بنیں گے اور کیا کریں گے؟ آپ اپنے بچوں پر بھرپور توجہ دیں تا کہ یہ بڑے ہو کر اچھے شہری بنیں۔ابھی یہ چھوٹے ہیں، ذہن ناپختہ ہے، آپ ان کو پیار کے ساتھ قابو کر سکتی ہیں۔

گلے کی خرابی

میرا گلہ اکثر خراب رہتا ہے۔گرم دوائیں کھانے سے دانے نکل آتے ہیں۔دوا کھاتی ہوں تو گلے میں درد ہوتا ہے۔کچھ کھایا نہیں جاتا جس سے میں پریشان ہو جاتی ہوں۔ میں کیا کروں؟ (نائلہ اعوان۔گوجرانوالہ)

جواب: آپ کھانے پینے میں احتیاط کریں۔کھٹی چیزیں کھانے، آئس کریم اور ٹھنڈے مشروبات سے بھی گلا خراب ہو جاتا ہے۔آپ املتاس کی پھلی منگا ئیے۔گول ڈنڈے کی طرح ہوتی ہے اس میں سے دو انچ کا ٹکڑا توڑ کر دو گلاس پانی میں ڈال کر پکائیے اور پھر تین چار جوش آنے پر اتار کر نیم گرم پانی میں ۵ چمچ دودھ کے ملائیے۔اس سے صبح شام غرارے کیجئے۔ گلے کی سوجن اور درد ٹھیک ہو گا۔اس کے ساتھ ساتھ آپ کو اپنے کھانے پینے میں احتیاط کرنی ہو گی۔

ناک کی ہڈی

میں بی اے کی طالبہ ہوں۔بچپن سے نزلہ، زکام رہتا ہے۔ڈاکٹر کہتے ہیں کہ ناک کی ہڈی کا آپریشن کرالیں۔مجھے آپریشن سے بہت خوف آتا ہے۔گھر والے کہتے ہیں معمولی سا آپریشن ہے، مگر میرے ذہن پر آپریشن کا خوف سوار ہو چکا ہے۔میں ڈاکٹر کو دکھاتے ہوئے بھی ڈرتی ہوں۔گھر والے میرا مذاق اڑاتے ہیں۔اپنی سہیلیوں سے بھی بات کرتی ہوں تو وہ بھی ہنس پڑتی ہیں کہ تم ایک معمولی سا آپریشن نہیں کرا سکتیں۔مجھے مشورہ دیں میں کیا کروں؟ (راحیلہ۔جھنگ)

جواب: ہر انسان کی اپنی عادت ہوتی ہے۔آپ کو آپریشن سے خوف آتا ہے، اس میں مذاق اڑانے کی کیا بات ہے۔ آپ گھریلو دوائیں آزمائیے۔آپ کا نزلہ، زکام بھی ٹھیک ہو جائے گا۔آپریشن کی ضرورت ان شاء اللہ نہیں پڑے گی۔ کہیں سے نیم کے تازہ پتے منگائیے۔پیتل یا تانبے کی پتیلی میں تھوڑے سے پتے دھو کر ڈالیں۔دو تین گلاس پانی میں نیم کے پتے ابال لیں۔دو تین جوش آئیں تو اتار کر چھان لیں۔ چٹکی بھر نمک ڈالیں اور رات کو سونے سے پہلے ہلکے سے نیم گرم پانی کو ناک میں وضو کی طرح چڑھائیں۔اسی طرح صبح کریں۔ ناک کا اندرونی ورم دور ہو جائے گا۔دو ہفتے بعد آپ کو نمایاں فرق نظر آئے گا۔نزلے کا علاج بڑی بوڑھیاں لہسن سے کرتی تھیں۔آپ رات کو لہسن کی چٹنی کھانے کے ساتھ استعمال کریں۔صبح ناشتے کے ساتھ لہسن کی دو کلیاں بھی چھیل کر کھا لیا کریں۔اس سے بھی نزلہ، زکام دور ہو جاتا ہے ورنہ کسی مستند طبیب سے رجوع کر سکتی ہیں۔

حیرت انگیز اور انوکھا طریقہ علاج

میرا ایک شاگرد ہے وہ تمہاری کنیز کے پورے بدن پر تیل ملے گا جو میں نے خود تیار کیا ہے۔ خلیفہ نے خفگی سے کہا کہ یہ کیسے ممکن ہوسکتا ہے کہ میری کنیز کے بدن پر کوئی غیر مرد مالش کرے۔ ابن صاعد نے کہا کنیز کا علاج اسی طرح ممکن ہے

(تحریر: سعادت اللہ خان۔ حیدرآباد)

عورت کے چہرے پر داڑھی: خلیفہ متوکل عباسی (۸۴۷۔۸۶۱) کی ایک کنیز بہت خوبصورت تھی خلیفہ اس پر جان دیتا تھا۔ ایک دن وہ حمام سے نکلی تو اسے کچھ سستی معلوم ہوئی اور دونوں ہاتھ اٹھا کر انگڑائی لی اور تن گئی۔ لیکن جب ہاتھ نیچے کرنا چاہا تو ایسا نہ کرسکی۔ دونوں ہاتھ اٹھے کے اٹھے رہ گئے۔ خلیفہ کو اس کی یہ حالت سن کر سخت رنج ہوا۔ فوراً اطباء جمع کیے گئے سب نے دیکھ کر یہی کہا کہ اس کا کوئی علاج نہیں ہے۔ وزیر نے عرض کیا کہ کوفے میں ابن صاعد نام کا ایک حاذق طبیب ہے جو اس کا علاج کرسکتا ہے۔ چنانچہ ابن صاعد کو طلب کیا گیا۔ اس نے کنیز کی جب یہ حالت دیکھی تو خلیفہ سے کہا کہ یہ اچھی تو ہو جائے گی مگر ایک شرط ہے۔ خلیفہ نے شرط پوچھی تو اس نے کہا کہ میرا ایک شاگرد ہے وہ اس کے پورے بدن پر تیل ملے گا جو میں نے خود تیار کیا ہے۔ خلیفہ نے خفگی سے کہا کہ یہ کیسے ممکن ہوسکتا ہے کہ میری کنیز کے بدن پر کوئی غیر مرد مالش کرے۔ ابن صاعد نے کہا کہ صرف اسی طریقے سے ہی اس کا علاج ہوسکتا ہے خلیفہ کو مجبوراً یہ شرط منظور کرنا پڑی۔

ابن صاعد کے حکم سے کنیز برہنہ کردی گئی اور دفعتہً اس کے سامنے ابن صاعد کا شاگرد بلایا گیا۔ کنیز نے جب اجنبی مرد کو دیکھا تو شرم سے پانی پانی ہوگئی، رگوں میں خون نے جوش مارا اور وہ اپنے کپڑوں کی طرف دوڑی اور جلدی سے ستر پوشی کی۔ اب اس کے ہاتھ ٹھیک ہو چکے تھے۔ خلیفہ کو بہت خوشی ہوئی اس نے ابن صاعد کو انعام دینے کا حکم دیا مگر ابن صاعد نے کہا کہ میں اس وقت انعام لوں گا جب کہ میرے شاگرد کو بھی انعام دیا جائے کیونکہ اصلی انعام کا مستحق وہی ہے۔ خلیفہ کے بلانے پر شاگرد حاضر ہوا۔ اس کی لمبی داڑھی کو دیکھ کر خلیفہ کو تعجب ہوا۔ ابن صاعد نے آگے بڑھ کر شاگرد کے منہ پر لگی داڑھی کو کھینچ لیا۔ داڑھی الگ ہوگئی۔ خلیفہ نے دیکھا کہ اب اسکے سامنے مرد نہیں عورت کھڑی ہے۔ خلیفہ یہ جان کر خوش ہوا کہ ابن صاعد نے ایک عورت کے چہرے پر مصنوعی داڑھی لگوا کر اس کی عزت رکھی ہے اور کنیز کو اجنبی مرد کے سامنے برہنہ نہیں کیا۔ ابن صاعد اور اس عورت کو خلیفہ کی طرف سے بہت سا انعام عطا کیا گیا۔

مسہل سے دستوں میں فائدہ: خلیفہ مامون رشید کے زمانہ میں ایک شخص کو دستوں کی شکایت ہوئی۔ دن میں پچاسوں مرتبہ دست آنے لگے جس سے حالت بگڑ گئی، حکیم بختیشوع کو علاج کے لیے بلایا گیا۔ اس نے حتی الامکان کوشش کی دست بند ہو جائیں مگر کوئی تدبیر کام نہ آئی بالآخر اس نے مایوس ہو کر مریض کو دست آور دوا پلادی جس سے ایک دن تو خوب دست آئے مگر دوسرے دن سے طبیعت سنبھلنے لگی اور دست بھی بند ہو گئے۔ لوگوں نے حکیم سے اس علاج کے بارے میں پوچھا تو اس نے بتایا کہ دستوں کا اصل سبب فاسد مادہ تھا جو دست آور دوا کے استعمال سے خارج ہوگیا۔

(بقیہ: جون میں اچھی عادات اور متوازن غذائیں)

تو قبض کی شدت کو اس طرح بھی کم کیا جاسکتا ہے کہ آپ ایک یا دو بڑے چمچے روغن زیتون کے سوتے وقت پی لیا کریں۔ اگر روغن زیتون میسر نہ آئے یا آپ اسے پسند نہ کریں تو پھر سوتے وقت موبز منقی یا انجیر خشک کے چند دانے کھالیا کریں (x) شدید قبض کی صورت میں آپ چند دن تک برابر نیم گرم پانی کا انیما (ENEMA) بھی لے سکتے ہیں۔ اس کے بعد موبز منقی کا پانی پیا کریں۔ اس کے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ ۱۰۔۵ دانہ موبز منقی صبح کے وقت ایک گلاس پانی میں بھگو دیں۔ اگر ممکن ہو تو نصف لیموں کا رس بھی اس میں ڈال دیں۔ ۲۴ گھنٹے گزر جانے کے بعد یعنی اگلے روز صبح کو اٹھتے ہی اس کا پانی نتھار کر پی لیں۔ یہی موبز منقی کا پانی کہلاتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی یہ شرط ہے کہ اس کے پیتے ہی اجابت کے لیے جائیں خواہ رفع حاجت کا احساس ہو کہ نہ ہو۔ کچھ دن اس طرح کرنے سے اس وقت اجابت یا فراغت ہونے لگے گی۔ (xi) کھانے کے فوراً بعد قربت سخت مضر ہے۔ اس سے نظام ہضم تباہ ہو جاتا ہے اور آنتوں میں خرابی پیدا ہو جاتی ہے۔ کھانے اور قربت کے درمیان کم سے کم تین گھنٹے کا وقفہ ضروری ہے۔

ملحوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، کوشش کے باوجود کمی بیشی ہو سکتی ہے، اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 18

(ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

حضور اکرم ﷺ کا ارشاد گرامی ہے: "تم لوگ امعہ نہ بنو کہ یہ کہنے لگو کہ لوگ اچھا سلوک کریں گے تو ہم بھی اچھا سلوک کریں گے اور لوگ برا سلوک کریں گے تو ہم بھی ان کے ساتھ ظلم کریں گے بلکہ اپنے آپ کو اس کا خوگر بناؤ کہ لوگ اچھا سلوک کریں گے تب بھی تم اچھا سلوک کرو اور لوگ برا سلوک کریں تو تم ان کے ساتھ ظلم نہ کرو۔" آپ ﷺ نے قرآن کی صورت میں مطلوب زندگی کا جو نقشہ دوسروں کے سامنے پیش کیا، خود آپ ﷺ اسی نقشہ میں ڈھل گئے۔ سیدنا انس بن مالکؓ فرماتے ہیں کہ میں نے دس سال تک رسول اللہ ﷺ کی خدمت کی لیکن کبھی آپ ﷺ نے مجھے اف تک نہ کہا اور نہ کبھی میرے کسی کام کی بابت آپ ﷺ نے فرمایا کہ تم نے ایسا کیوں کیا اور جو کام میں نے نہیں کیا اس کی بابت بھی آپ ﷺ نے کبھی یہ نہ فرمایا کہ تم نے اس کو کیوں نہ کیا؟ وہ تمام لوگوں میں سب سے زیادہ اچھے اخلاق والے تھے۔

طائف مکہ کے جنوب مشرق میں 65 میل کے فاصلے پر ایک سرسبز وشاداب بستی تھی۔ یہ صحت افزا مقام بھی تصور کیا جاتا تھا، اسی وجہ سے مکہ کے رؤسا کی کوٹھیاں بھی وہاں تھیں۔ وہاں آپ ﷺ کے بعض رشتہ دار بھی سکونت پذیر تھے۔ سیدہ خدیجہؓ اور ابوطالب کی وفات کے بعد آپ ﷺ اپنے خادم سیدنا زید بن حارثہؓ کو ساتھ لے کر طائف پہنچے۔ اس وقت وہاں کی آبادی میں تین ممتاز سردار تھے۔ عبد یالیل، مسعود اور حبیب۔ آپ ان تینوں سے ملے۔ لیکن ہر ایک نے آپ کا ساتھ دینے اور آپ ﷺ کی حمایت کرنے سے انکار کردیا۔ ان میں سے ایک شخص نے کہا: خدا نے اگر آپ ﷺ کو رسول بنایا ہوتو میں کعبہ کا پردہ پھاڑ ڈالوں۔" دوسرے نے کہا: "خدا کو کیا تمہارے سوا کوئی نہ ملا تھا، جس کو وہ رسول بنا کر بھیجتا" تیسرے نے کہا: "خدا کی قسم، میں تم سے بات نہیں کروں گا۔ اگر تم اللہ کے رسول ہوتو تمہارا جواب دینا گستاخی ہے اور اگر تم اپنے دعویٰ میں جھوٹے ہوتو میرے لیے مناسب نہیں کہ میں تم سے بات کروں" (جاری ہے)

متلی اور قے کا آسان علاج: باربار قے اور متلی ہوتو تین بار چھوٹی الائچی چبانے سے متلی اور قے بند ہوجائے گی

پتے کی پتھری سے نجات پانے والے

مقررہ تاریخ پر شیخ زائد ہسپتال میں پہنچی تو انہوں نے آپریشن سے پہلے دوبارہ الٹرا ساؤنڈ کیا اور کسی بھی پتھری کا نشان نہ پا کر سابقہ رپورٹ ملاحظہ کی۔ پھر حیرت کا اظہار کرتے ہوئے آپریشن کو ضروری نہ جانا

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

سال 1995ء کا ذکر ہے کہ میرے خاوند رینالہ خورد کے ایک معروف فارم میں ملازم تھے۔ ہماری رہائش فارم میں واقع فیکٹری کے اردگرد، باغات میں بنے ہوئے ایک بنگلے میں تھی، اس فارم میں دوسرے پھلوں کے علاوہ تر شاوہ خاص طور پر کنو، سنگترہ، لیموں، گریپ فروٹ، گلگل اور یوریکا لیمن (بیضوی لیمن) کی بہتات تھی۔

میں اپنے ایک بیٹے، بیٹی اور خاوند کے ساتھ ہنسی خوشی زندگی بسر کر رہی تھی کہ اچانک ایک ناقابل برداشت تکلیف کا سامنا کرنا پڑا۔ اس نامعلوم درد کی وجہ سے دل متلانے لگتا اور کچھ بھی کھانے پینے کو جی نہیں چاہتا تھا۔ درد کی شدت سے بیٹھنا تک دشوار تھا۔ ہم نے لاہور میں اپنے ایک عزیز کے کلینک میں چیک کروایا۔ انہوں نے الٹرا ساؤنڈ کے دوران کمپیوٹر اسکرین پر میرے خاوند کو پتے میں پتھری کی وجہ سے رکاوٹوں کی نشاندہی کی اور شیخ زائد ہسپتال میں یہ کہتے ہوئے دکھانے کے لیے کہا کہ اس کا واحد علاج آپریشن ہی ہے۔ شیخ زائد ہسپتال میں چیک کروایا تو انہوں نے الٹرا ساؤنڈ اور انڈو سکوپی وغیرہ کے بعد پتے میں پتھری کی تصدیق کی اور آپریشن کے لیے ایک ماہ بعد کی تاریخ بھی دے دی۔ درد میں کمی کے لیے انہوں نے بعض ادویہ بھی دیں۔

رینالہ خورد کی ایک نواحی بستی ولی کالونی میں ہمارے ایک رشتہ دار، بزرگ خاتون، آپا جی تھیں جن کے ہاں اکثر آنا جانا ہوتا تھا۔ اس تکلیف کی وجہ سے کافی دنوں کے بعد لاہور سے واپس آنے کے بعد کے ہاں جانا ہوا۔ آپا جی کے استفسار پر انہیں اپنی تکلیف کے بارے میں بتایا۔ آپا جی کے میاں اس فروٹ فارم میں پھلوں کا جوس وغیرہ بھی سپلائی کرتے تھے۔ آپا جی نے فرمایا تم روز لیمن جوس پیو اللہ شفا دے گا اور ساتھ ہی انہوں نے تقریباً ایک گیلن جوس بھی ہمارے ہمراہ کر دیا۔ میں نے وہ جوس پانی ملا کر اور چینی ڈال کر سکوائش تیار کر لیا۔ دن میں کئی مرتبہ پیتی رہی۔ مقررہ تاریخ پر شیخ زائد ہسپتال میں پہنچی تو انہوں نے آپریشن سے پہلے دوبارہ الٹرا ساؤنڈ کیا اور کسی بھی پتھری کا نشان نہ پا کر سابقہ رپورٹ ملاحظہ کی۔ پھر حیرت کا اظہار کرتے ہوئے آپریشن کو ضروری نہ جانا۔ یوں بھی اس اثناء میں میرے درد میں خاصی کمی ہو گئی تھی جسے میں مسکن دواؤں کا نتیجہ سمجھتی رہی۔ 1995ء سے لیکر تا دم تحریر جنوری 2008ء تک مجھے کبھی دوبارہ یہ تکلیف نہیں ہوئی۔ آپا جی کا مشورہ ہمارے لیے عملاً بہت مفید رہا۔ مشورہ امانت ہے اور میں اس دعا کے ساتھ خلق خدا کے سپرد کرتی ہوں کہ جیسے اللہ نے مجھے شفا دی اسی طرح اللہ اس مرض میں مبتلا ہر شخص کو شفائے عاجلہ کاملہ عطا فرمائے۔ آمین۔

دانت کے درد کا مستقل علاج

محترم حکیم طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب السلام علیکم! آپ کے ماہانہ عبقری اور آپ کی دیگر کتب سے استفادہ کرتا ہوں۔ آپ جس طرح مخلوق خدا کی خدمت کر رہے ہیں اللہ تعالیٰ ان کو قبول فرمائے (آمین)۔ پہلے تو سمجھ میں نہیں آتا تھا کہ کیا لکھوں مگر فون پر آپ کے ترغیب دینے سے حوصلہ ہوا۔ آپ کے ارشادات کی تعمیل میں اپنا تجربہ ارسال خدمت ہے۔ میرے دانتوں کو کیڑا لگ گیا تھا سارے دانت متاثر ہو گئے۔ سارے دانتوں میں درد رہتا۔ میں نے یہ نسخہ خود آزمایا اور دانت درد کے کئی مریضوں کو استعمال کرایا، دانت کے درد سے مستقل آرام آ گیا۔ دانتوں اور داڑھوں کو لگنے والے کیڑے نکلتے اپنی آنکھوں سے دیکھے۔ کلونجی 25 گرام، تخم پیاز 5 گرام دونوں کو ثابت ہی ملا لیں جس وقت دانتوں یا داڑھوں میں درد ہو رہا ہو اس وقت دہکتے ہوئے کوئلے لیں اور ان پر مذکورہ دونوں ادویہ ایک چمچ ڈال کر فوراً چلم کے پیندے پر اپنا کھلا منہ رکھ دیں اور دواؤں کا دھواں منہ کے اندر رہے گا۔ جب برداشت ختم ہو جائے تو منہ میں اکٹھا ہو جانے والا تھوک (لعاب) پانی کی بھری بالٹی میں ڈال دیں پانی کے اوپر کیڑے تیرتے نظر آئیں گے۔ بفضل خدا دانتوں کا درد دور ہو جاتا ہے

(مرسلہ: حکیم ریاض حسین۔ مکڑوال، میانوالی)

(بقیہ: فالسہ موسم گرما کا معالج)

کھانا چاہیے۔ اگر زیادہ کھالیا جائے تو پھر گلقند تھوڑی سی کھا لینے سے اس کے مضر اثرات نہیں ہوتے (۳۵) شربت فالسہ میں اگر عرق گلاب ڈال کر پیا جائے تو اس کے فوائد دگنے ہو جاتے ہیں (۳۶) فالسہ خشکی اور قبض پیدا کرتا ہے۔ اگر گلقند یا معجون فلاسفہ کا ایک چمچ چائے والا فالسے کے بعد لے لیا جائے تو پھر قابض اور خشک نہیں رہتا۔ بہرحال فالسہ کا مقدار کے مطابق استعمال کرنا ہر صورت میں فائدہ مند رہتا ہے۔

سب سے بڑا جہاد: یہ ہے کہ انصاف کی بات ظالم حاکم کے روبرو کہہ دی جائے ☆ ناقص دانائی کے بہ نسبت بیوقوفی نجات سے زیادہ قریب ہے

لڑکوں، لڑکیوں اور والدین کے لیے

نئی نسل کے پوشیدہ روگ اور سوفی صد علاج

بچپن اچھا تھا یا بُرا، گزر گیا ہے۔ اگر آپ کو والدین پیار اور محبت نہیں دے سکے تو ان کی چند ایک مجبوریاں تھیں۔ آپ کی ضروریات پوری کرنے کے لیے وہ شب و روز محنت و مشقت کرتے رہے ہیں۔ اب آپ کا فرض ہے کہ انہیں محنت و مشقت کے صلے میں مکمل سکون اور آرام دیں

نو جوانوں کے پوشیدہ امراض کا علاج کرنے سے پہلے ہم آپ کو چند اہم باتیں بتانا چاہتے ہیں۔ پہلی اور اہم ترین بات یہ ہے کہ جنسی ہیجان سے آپ کا کچھ بھی نہیں بگڑا۔ اگر آپ سمجھتے ہیں کہ کچھ بگڑ گیا ہے تو وہ دوائیوں کے بغیر بھی ٹھیک ہوسکتا ہے اور اگر آپ کو کوئی جسمانی نقص نظر آرہا ہے تو یہ بھی ٹھیک ہوسکتا ہے۔ اس سلسلے میں ہم آپ کو خبردار کرتے ہیں کہ مالش کی کوئی دوائی استعمال نہ کریں ورنہ مزید نقصان کا اندیشہ ہے۔ بعض حکیم مالش کی کوئی ایسی دوائی دے دیتے ہیں جس سے عضو پر چھالے پڑ جاتے ہیں۔ حکیم ان چھالوں کے متعلق ایسی بے بنیاد باتیں بتاتے ہیں جو میڈیکل سائنس کی نگاہ میں محض بے بنیاد ہیں۔ متعلقہ رگوں کی تقویت کے لیے اعصابی مرکز کو درست کیا جاتا ہے جس کا طریقہ کچھ اور ہے لہٰذا اپنی بہتری کے لیے عضو کی مالش ترک کردیں۔ لازمی یہ ہے کہ یہ عادت ترک کردیں۔ جنسی ہیجان کو جاری نہیں رہنا چاہیے، ورنہ آپ کئی امراض کے شکار ہوجائیں گے۔ دوسری بات یہ یاد رکھنے والی ہے کہ جسم میں قدرت نے ایسی خوبی پیدا کر رکھی ہے کہ کوئی کمی واقع ہو جائے تو جسم از خود پوری کرلیتا ہے۔ خون کی کمی کو جسم کسی دوائی کے بغیر پوری کرلیا کرتا ہے۔ آپ جو کچھ ضائع کر بیٹھے ہیں وہ واپس آسکتا ہے۔

تیسری اہم بات یہ ہے کہ اگر آپ کو دودھ، مکھن، خالص گھی اور بادام وغیرہ میسر نہیں تو کوئی فرق نہیں پڑتا۔ آپ دال روٹی سے بھی توانا ہوسکتے ہیں۔ جنسی کمزوری کے لیے ایسی دوائیوں کی کوئی ضرورت نہیں جو جنسی جذبات کو بھڑکا دیں، بلکہ ایسی دوائیاں اور زیادہ کمزور کردیتی ہیں۔ اشتہاری دوائیوں میں یہی اثر ہوتا ہے۔ جنسی کمزوری رفع کرنے کے لیے ہم اعصاب کو تقویت دیا کرتے ہیں اور ایسی دوائیاں تجویز کرتے ہیں جو ذہنی انتشار پر قابو پائیں۔

سب سے زیادہ ضروری بات یہ ذہن نشین کرنے والی ہے کہ جنسی کمزوری کوئی بیماری نہیں یا کم از کم یہ جسمانی بیماری نہیں۔ یہ نفسیاتی عارضہ ہے جو رجحان میں تبدیلی سے ٹھیک ہوسکتا ہے۔ اپنی توجہ ان دوائیوں سے ہٹالیں جن کے اشتہار آپ کو اخباروں میں نظر آتے ہیں۔ اگر آپ اپنی تکلیف کسی کو بتانا نہیں چاہتے اور خود ہی اپنا علاج کرنا چاہتے ہیں تو ایسی دوائیوں کا انتخاب کریں جو اعصاب کو تقویت دے سکیں اور معدے کے نظام کو درست کرسکیں۔ بعض حضرات کا معدہ خراب ہوتا یا قبض کی شکایت رہتی ہے۔ اس سے بھی جنسی خرابی محسوس ہونے لگتی ہے۔ لہٰذا معدے اور ہاضمے کے نظام کو درست کریں، لیکن ہم آپ کو خبردار کرنا ضروری سمجھتے ہیں کہ اپنا علاج خود کرنے میں کئی خطرے ہیں۔ آپ جس مرض کا علاج کریں گے وہ مرض نہیں علامت ہوگی۔ یہ کوئی مستند ڈاکٹر ہی بتا سکتا ہے کہ اصل مرض کیا ہے۔ بنیادی خرابی دور ہوجانے سے علامات یا مرض کے پیدا کردہ نقائص خود ہی صحیح ہوجاتے ہیں۔ اپنے آپ کو یقین دلائیں جو جسمانی کمزوریاں، دل پر گھبراہٹ، موت کا خوف اداسی اور شکست اور زندگی سے بیزاری محسوس کررہے ہیں وہ لاشعور کے اثرات ہیں۔ ان کا ذہن، لاشعور اپنے اندر بچپن سے کچھ محرومیاں اور جذباتی گھٹن جمع کرتا رہتا ہے۔ اس کے پس منظر کو ہم تفصیل سے بیان کر آئے ہیں۔ اسی گھٹن نے آپ کو جنسی ہیجان کا عادی بنایا ہے۔ اب یہ عادت گناہ کا ایک زہر آلود احساس بن کر آپ کے اعصابی نظام کو تباہ کررہی ہے۔ یہ عادت اگر بہت زیادہ ہو اور مسلسل کئی برس چلتی رہے تو بہت ہی خطرناک ہے۔

اپنے آپ کو یقین دلائیں کہ محرومیوں کا دور گزر گیا ہے۔ آپ کی اصل شخصیت کا روپ کچھ اور ہے۔ اس وقت آپ نے جو روپ دھار رکھا ہے وہ دراصل بہروپ ہے۔ یہ بچپن کے اثرات ہیں جو زنگ کی طرح آپ کی اصل شخصیت پر چھا گئے ہیں۔ اب آپ جوان ہوگئے ہیں۔ بچپن کو ذہن سے جھٹک ڈالیں۔ اس کے طریقے ہم ابھی آپ کو بتائیں گے۔

بچپن اچھا تھا یا برا، گزر گیا ہے۔ اگر آپ کو والدین پیار اور محبت نہیں دے سکے تو ان کی چند ایک مجبوریاں تھیں۔ آپ کی ضروریات پوری کرنے کے لیے وہ شب و روز محنت و مشقت کرتے رہے ہیں۔ اب آپ کا فرض ہے کہ انہیں محنت و مشقت کے صلے میں مکمل سکون اور آرام دیں یا کم از کم اپنے آپ کو ان کے لیے مسئلہ نہ بنائیں۔

ہوسکتا ہے آپ کے والدین کو ان کے والدین نے پیار اور شفقت سے محروم رکھا ہو۔ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ آپ کے والدین اتنے تعلیم یافتہ نہیں تھے کہ آپ کی تربیت نفسیات کے اصولوں کے تحت کرتے۔ بہر حال بچپن میں آپ کے ساتھ جو کچھ ہوا وہ ایک نفسیاتی اور قدرتی عمل کے تحت آپ کے خیالات اور آپ کے سوچنے کے انداز کا باعث بن گیا ہے۔ آپ یقیناً اس سے بہتر انداز سے سوچ سکتے ہیں۔

والدین بھی یہ بات سمجھ لیں:

جو ہم اپنی ابھرتی ہوئی نسل سے کہہ رہے ہیں ہوسکتا ہے والد صاحبان ناک بھوں چڑھائیں لیکن ہم بچوں اور نوجوانوں کو والدین کی نسبت زیادہ اہمیت دیتے ہیں۔ اس سے انکار نہیں کیا جاسکتا کہ ان نوجوانوں کو والدین کا اسی وقت سہارا بننا ہے جب بڑھاپا انہیں معذور کرچکا ہو۔ یہ گھریلو مسئلہ ہے۔ قومی سطح پر ابھرتی ہوئی نسل کی اہمیت کو دیکھیں۔ انہی نوجوانوں کو ملک اور قوم کی پاسبانی کرنی ہے۔ اگر انہیں والد صاحبان نے نفسیاتی مریض بنادیا تو وہ والدین کا کیا سہارا بنیں گے اور ملک و ملت کی پاسبانی کا فرض کیسے ادا کریں گے؟ یہ ہمارے معاشرے کا بڑا ہی خطرناک مسئلہ ہے کہ بیشتر باپ اپنی اولاد کے ساتھ دشمنوں کی اولاد جیسا سلوک کرتے ہیں۔ ہمیں نوجوان اس ضمن خطوط تو لکھتے ہیں لیکن جو نوجوان ہم تک پہنچ سکتے ہیں ہمارے پاس آجاتے ہیں۔ یقین کریں کہ ان کی جذباتی حالت یہ ہوتی ہے کہ بات کرنے سے پہلے روتے ہیں۔ جب اپنا مسئلہ بیان کرنے لگتے ہیں تو پہلی بات یہ کہتے ہیں ''میرے والد صاحب میرے ساتھ، میرے بہن بھائیوں اور میری امی کے ساتھ برا سلوک کرتے ہیں۔''

بنفشی قہوہ (ہر موسم اور ہر عمر میں یکساں مفید)

صدیوں سے آزمودہ یہ قہوہ پرانی اور لا علاج کھانسی، الرجی، ریشہ، بلغم، دمہ، ناک بہنا، دماغی دباؤ بوجھ اور جکڑن کے لیے سالہا سال سے آزمودہ ہے۔ پرانا دمہ، پرانا نزلہ، دائمی زکام اور ریشہ بچوں بڑوں کے لیے جس موسم میں ہو نہایت لاجواب ہے۔ بد ذائقہ نہیں، بہترین فوائد ہیں۔ جن لوگوں کو بلغم، الرجی اور کھانسی زکام نے عاجز کردیا ہو وہ اسے مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ مزے کی بات یہ ہے کہ بے خوابی، نیند کی کمی، دماغی خشکی، معدے کی تیزابیت، جلن کے لیے لاجواب چیز ہے۔ مزید دماغی کمزوری یادداشت کی کمی اور نگاہ کی کمی کو بھی لازوال فائدہ دیتا ہے۔ اگر شفاء حیرت سیرپ بطور میٹھے کے استعمال کریں تو فوائد میں چار چاند لگ جائیں گے ورنہ بغیر سیرپ کے بھی اکیلا لاجواب فوائد رکھتا ہے۔ **ترکیب**:۔ ڈیڑھ کپ پانی میں چوتھائی چمچ چائے والا ڈال کر اُبالیں جب ایک کپ بچے، چھان کر ہلکا میٹھا ملائیں یا نہ ملائیں، چسکی چسکی دن میں 3 سے 4 بار پییں۔

ڈبی کی قیمت -/100 روپے، علاوہ ڈاک خرچ، تقریباً ایک ماہ کی دوا۔

عبقری 24 مدد الٰہی حاصل کرنے کا نسخہ: یَا مُقْتَدِرُ 20 بار جو نیند سے بیدار ہو کر پڑھ لیا کرے گا اس کے ہر کام میں مددِ الٰہی عزوجل شامل رہے گی

آپ کا خواب اور تعبیر

کریم ذات کا سہارا

(عبداللہ خان۔لاہور)

میں نے دیکھا کہ ایک بہت بڑا جنگل ہے جس میں، میں اکیلا دوڑ رہا ہوں کچھ آدمی مجھے مارنے کے لیے میرے پیچھے پڑ گئے ہیں اور چھپنے کے لیے کوئی جگہ نہیں ملتی۔ بہت خوف محسوس ہوتا ہے پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ نماز روزے کی پابندی کیا کریں ورنہ آپ کو آسیبی طاقتیں سخت نقصان پہنچا سکتی ہیں اور آپ کو چھٹکارے کی بھی کوئی صورت نہیں ملے گی۔ اس لیے ایسا وقت آنے سے پہلے ہی آپ سب سے بڑی طاقت والی ذات سے تعلقات استوار کر لیجئے اور اس کی پناہ میں آ جائیے تاکہ برے وقت میں اس کریم ذات کا سہارا ہر طرح کی آفتوں سے چھٹکارا ثابت ہو۔ اللہ آپ کو توفیق دے۔ واللہ اعلم

مکہ معظمہ والی کریم ذات

(شازیہ سلطانہ۔کراچی)

میں نے دیکھا کہ ایک بادشاہ اپنے بیٹے کی بارات لیکر شادی کرنے کی نیت سے ہمارے گھر آ رہا ہے۔ لیکن یہ واضح نہیں ہے کہ وہ (بادشاہ) اپنے بیٹے کا نکاح کس کے ساتھ کرنا چاہتے ہیں لیکن ان کی آمد سے میں بہت خوش ہوں۔ بادشاہ نے نکاح پڑھوانے کے لیے خاص طور پر نکاح خواں کو مکہ معظمہ سے بلوایا ہے۔ میں جب دیوار کے اوپر سے جھانک کر دیکھتی ہوں تو ایک مولوی صاحب لمبا چغہ پہنے ہوئے ہیں سفید لمبی سی داڑھی ہے ان کے ساتھ بادشاہ، دولہا اور بہت سے باراتی ہیں لیکن ان باراتیوں میں عورتیں بالکل نہیں ہیں۔ میں بے قرار ہوں کہ وہ جلدی سے ہمارے گھر پہنچ جائیں تاکہ میں مولوی صاحب کے ہاتھ چوم سکوں کیونکہ وہ مکہ معظمہ میں امامت کرواتے ہیں۔ وہ سب پیدل ہیں ابھی وہ ہمارے گھر نہیں پہنچے کہ میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے گھر میں لڑکیوں کی شادیوں کا مسئلہ انشاءاللہ نہایت آسانی سے طے ہو جائے گا اور کسی قسم کی پریشانی لاحق نہیں ہوگی بشرطیکہ آپ کا سب گھرانہ ''مکہ معظمہ والے'' کی عبادت میں ہرگز کوتاہی نہ کرے۔ واللہ اعلم۔

جائز طریقہ سے رشتہ

(ا۔ش۔واہ کینٹ)

میں نے خواب دیکھا ایک لڑکا جسے میں پسند کرتی ہوں اور وہ بھی مجھے پسند کرتا ہے، میں اور میری والدہ ان کے گھر جاتے ہیں وہ اور اس کے والد بہت خوش ہوتے ہیں۔ ہماری خاطر تواضع کرتے ہیں جبکہ اس کی والدہ کا رویہ ٹھیک نہیں ہوتا۔ اس اثناء میں میرے بڑے ماموں بھی آ جاتے ہیں اس کے ابو میرے بارے میں کہتے ہیں میں اسے اپنی بیٹی بنانا چاہتا ہوں پھر میں رات کو وہیں ان کے گھر رک جاتی ہوں اس کی والدہ مجھے پسند نہیں کرتیں۔ میں روتی ہوں کہ آنٹی کا رویہ میرے ساتھ ایسا کیوں ہے؟ جب کہ اس کے ابو مجھے پیار کرتے ہیں اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کا رشتہ ان شاءاللہ اس لڑکے سے طے ہو جائے گا اور تمام سسرال والے نہایت محبت و پیار کریں گے سوائے لڑکے کی ماں کے۔ وہ آپ سے ناخوش ہوں گی بلکہ ایسا بھی ممکن ہے کہ وہ اس رشتہ میں رکاوٹ بھی ہوں، مگر آپ اللہ کی رحمت سے ناامید نہ ہوں، البتہ جائز طریقہ سے رشتہ کی کاروائی کریں۔ کسی قسم کی جذباتیت کا ہرگز شکار نہ ہوں اللہ آپ کی مدد کرے۔ آمین۔ واللہ اعلم

حقیقی مالک ورزاق سے وفا

(محمد عمران۔کراچی)

خواب دیکھا کہ میں اور میرے والد مرحوم ایک کمرے میں ہیں۔ میں دل میں سوچتا ہوں کہ والد مرحوم مجھے کچھ پیسے دیں گے۔ اس اثناء میں والد مرحوم جیب میں ہاتھ ڈالتے ہیں اور بہت سارے نوٹ نکال کر مجھے دیتے ہیں۔ پہلے تو میں منع کرتا ہوں مگر والد مرحوم آنکھ موند کر پیار سے گردن ہلا کر نوٹ لینے کا اشارہ کرتے ہیں تو میں والد مرحوم کے ہاتھ میں سے نوٹ لیکر دیکھتا ہوں تو اس میں ہزار ہزار کے کئی نوٹ، پانچ پانچ سو کے کئی نوٹ، سو پچاس کے کئی نوٹ ہوتے ہیں غرض یہ کہ پاکستان میں چلنے والی تمام کرنسی موجود ہوتی ہے۔

تعبیر: یہ خواب آپ کے حق میں مبارک ثابت ہو سکتا ہے اور آپ کے مالی مسائل حل ہو سکتے ہیں بشرطیکہ آپ ''بادشاہوں کے بادشاہ'' کے حضور جھکنے اور اسی سے اپنی فریاد مانگنے کا اہتمام کریں اگرچہ آپ کی نیت اچھی اور نیک ہے مگر جو شخص اپنے مالک ورزاق سے وفا نہیں کرتا وہ بھلا اپنے سے کمتر لوگوں سے کیا وفا نبھا سکتا ہے اس لیے غیروں کے کام آنے کا جذبہ حقیقی مالک ورزاق اور کریم آقا کے ساتھ وفا کے بغیر کھوکھلا اور ناپائیدار ہے۔ اللہ آپ کو نیک مقاصد میں کامیاب کرے۔ آپ حضرت شیخ زکریاؒ کی کتاب فضائل اعمال میں فضائل نماز کا حصہ ضرور مطالعہ کریں۔ فقط واللہ اعلم۔

اردگرد کی جھاڑیاں

(سید عامر ہاشمی۔بدین)

میں نے خواب دیکھا کہ میری ایک دوست الٹے ہاتھ میں سگریٹ دبا کر پی رہی ہے وہ مجھے دیکھ کر آنکھیں چرانے لگتی ہے۔ میں اس کا پیچھا کرتا ہوں تو وہ سیمنٹ کی بنی کرسی پر بیٹھ جاتی ہے۔ پھر اس سے کچھ بات کرتا ہوں اور خواب ٹوٹ جاتا ہے۔ واضح رہے کہ یہ ایک کھلے پارک کا منظر ہے۔

تعبیر: آپ اس لڑکی کا پیچھا چھوڑ دیں۔ اب وہ آپ کو دل سے ہرگز نہیں چاہتی بلکہ وہ کسی دوسرے کی محبت میں گرفتار ہو چکی ہے۔ اللہ آپ کو توفیق دے کہ آپ اپنے مقصد حیات کو سامنے رکھ کر اردگرد کی جھاڑیوں سے بچتے ہوئے منزل کو پائیں انشاءاللہ ہر طرح راحت رہے گی۔

گناہوں پر گرفت اور کلمہ شریف

(ثمینہ پھول۔نواب شاہ)

میری دادی اماں کو فوت ہوئے تقریباً ایک سال ہو گیا ہے۔ جب بھی وہ میرے خواب میں آتی ہے بہت روتی ہیں میں نے ایک دفعہ پوچھا کہ آپ روتی کیوں ہیں تو انہوں نے مجھے کوئی جواب نہیں دیا بس روتی رہیں۔ یہ خواب مجھے تقریباً سات آٹھ مرتبہ دکھائی دے چکا ہے مجھے اپنی دادی اماں سے بہت پیار تھا۔

تعبیر: ایسا لگتا ہے کہ آپ کی دادی اماں کچھ پریشان ہیں اور ان کے گناہوں اور خطاؤں پر گرفت ہو رہی ہے۔ وہ اس سے چھٹکارا چاہتی ہیں۔ اس لیے آپ فوری طور پر کلمہ شریف کا ایک نصاب جو سوا لاکھ یا ستر ہزار کا ہو گا وہ پڑھ کر یا اجتماعی پڑھوا کر، دادی اماں کے حق میں بخشیں۔ ان شاءاللہ فوراً ان کے لیے نیک فیصلہ ہو جائے گا۔ اللہ آپ کی دادی اماں اور اسی طرح ہر مسلمان کی محض اپنے لطف و کرم سے بخشش کرے۔ آمین۔

قبض کا خاتمہ: رات کو سوتے وقت دودھ میں روغن زیتون ڈال کر پینے سے قبض ختم ہو جاتی ہے ☆ بغیر چھنے آٹے کی روٹی استعمال کریں قبض از خود ختم ہو جائے گی

مایوس زندگی کے لیے آسان وظیفہ

اگر کوئی شخص دشمن کی قید یا مقدمہ میں ناحق پھنس گیا ہو تو اکیس ہزار مرتبہ سات دن تک برابر اس اسم مبارک ''یَافَتَّاحُ'' کو پڑھے ان شاءاللہ وہ شخص بہت جلد رہا ہوگا۔ (انتخاب: ہارون بھٹی۔ سکردو)

﴿اَلْفَتَّاحُ جَلَّ جَلَالُہٗ﴾

﴿کھولنے والا﴾ (عدد=۴۸۹)

فتاح وہ ذات ہے جس کی مہربانی سے ہر عقدہ کھلتا ہے اسی کی مہربانی سے ہر مشکل آسان ہوتی ہے۔ (امام غزالیؒ)

فتوح خداوندی کے مختلف طریقے ہوتے ہیں کبھی انبیاء کرام کے ذریعے رشد و ہدایت کے در کھولے جاتے ہیں۔ اور اللہ کے دشمنوں کو ذلیل کیا جاتا ہے۔ کبھی اولیاء کے قلوب پر کشف والہام کے ذریعے فتوح فرمایا جاتا ہے اور کبھی قدرتی طور پر معجزات کے ذریعے۔ ان فتوحات اور اس کی اقسام کا علم بھی اللہ ہی کیلئے خاص ہے ﴿وَعِنْدَہٗ مَفَاتِحُ الْغَیْبِ لَا یَعْلَمُھَآ اِلَّا ھُوَ﴾ اور اس کے پاس غیب کی چابیاں ہیں جنہیں اس کے علاوہ کوئی نہیں جانتا۔

اوراد و ظائف:

صفائی قلب کیلئے: اگر کوئی فجر کی نماز کے بعد دونوں ہاتھ سینے پر رکھ کر ستر بار اس اسم پاک کو پڑھے تو زنگ اس کے دل سے جاتا رہے اور صفائی قلب نصیب ہو (شیخ عبدالحق محدث دہلویؒ)

وسعت ذہن: یہ اسم پاک امتحان دینے والوں، وکلاء، مناظروں، اختراعات و ایجادات کرنے والوں مفکروں، مبلغوں اور مقرروں کیلئے روشنی کا کام دیتا ہے۔

سلوک میں ترقی: صاحب شمس المعارف الکبریٰ حضرت ابوالعباس بونیؒ فرماتے ہیں کہ یہ اسم سالکوں کیلئے بہت مفید و مناسب ہے جو سالک بکثرت اس کا ذکر کرے گا پروردگار اس کے لئے فتح و نصرت کے دروازے کھول دے گا۔

رفع حاجات: اگر کوئی دو رکعت نماز ادا کرے اور پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ یٰسین شریف اور دوسری رکعت میں سورۃ **تبارک الَّذِیْ** پڑھے اور بعد سلام کے اسم پاک کے اعداد کے برابر ۴۸۹ مرتبہ **''یَافَتَّاحُ''** پڑھے گا، تمام مشکلات اور ہر حاجت برآئے، اور غیبی امداد شامل ہو۔

دفع نسیان: اگر مرض نسیان ہو تو اس کے دفعیہ کیلئے ستر بار اس اسم پاک کا پڑھنا سریع التاثیر ہے۔

ناجائز مقدمہ سے بریت: اگر کوئی شخص دشمن کی قید یا مقدمہ میں ناحق پھنس گیا ہو تو اکیس ہزار مرتبہ سات دن تک برابر اس اسم مبارک **''یَافَتَّاحُ''** کو پڑھے ان شاءاللہ وہ شخص بہت جلد رہا ہوگا۔

امراض قلب کیلئے: ایسے شخص جن کے دل کے والو بند ہوں یا شریانیں وغیرہ تنگ ہو چکی ہوں جس کے سبب جسم کو مناسب مقدار میں خون مہیا نہ ہوتا ہو تو فجر اور عشاء کی نمازوں کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور درمیان میں ۴۸۹ بار **''یَافَتَّاحُ''** کا ذکر اس صورت میں کرے کہ آنکھیں بند ہوں اور خیال اور توجہ دل کی جانب ہو، اس کامل یقین کے ساتھ ورد کرے کہ دل کے والو جو بند ہیں وہ کھل رہے ہیں اور جو شریانیں وغیرہ تنگ ہوگئی ہیں ان میں فراخی پیدا ہو کر خون کا بہاؤ مکمل طور پر جسم کی ضرورت کے مطابق ہو رہا ہے۔ ان شاءاللہ شفا ہوگی اور اس پر یہ اضافہ کرے کہ ہر نماز کے بعد دل کے مقام پر ہاتھ رکھ کر سات بار پڑھے ﴿یَا قَوِیُّ الْقَادِرُ الْمُقْتَدِرُ قَوِّنِیْ وَقَلْبِیْ﴾

اصلاح اور معذرت

مئی 2008 کے شمارہ میں صفحہ نمبر 22 پر ''سورۃ بقرہ کی آیت نمبر 18'' کا حوالہ دیا گیا ہے جب کہ یہ ''سورۃ بقرہ کی آیت نمبر 171 ہے۔'' ادارہ اس غلطی کے لیے معذرت خواہ ہے۔

درود شریف سے آدمی ہوش میں آگیا

جناب مدیر اعلیٰ ماہنامہ عبقری السلام علیکم! کے بعد عرض ہے میں ماہنامہ عبقری کے لیے چھوٹا سا واقعہ لکھ رہا ہوں۔ تقریباً 15 سال پہلے کی بات ہے کہ ایک دفعہ ڈھانگری شریف میں میرے پیرومرشد کا خطاب شروع ہوا۔ ابھی خطبہ پڑھ رہے تھے کہ میرے سامنے بیٹھا ہوا آدمی وجد میں آ کر بے ہوش ہوگیا۔ میرے مرشد نے فرمایا جو صاحب پیچھے بیٹھے ہوئے ہیں وہ بے ہوش ہونے والے کی پشت پر ہاتھ رکھ کر درود شریف پڑھیں۔ جیسے ہی میں نے درود شریف پڑھنا شروع کیا تو درود شریف مکمل ہونے تک وہ آدمی مکمل ہوش میں آ گیا۔ (مرسلہ: محمد عبدالرشید نورانی۔ میرپور آزاد کشمیر)

عبقری سے فیض پانے والے

قارئین عبقری کے روحانی اور جسمانی تحائف استعمال کرتے ہیں پھر ان کے فوائد لکھتے ہیں آپ بھی ضرور لکھیں۔ ہماری دوائی ''سکونی'' استعمال کرنے والوں کے سچے تاثرات جو دل میں اتر جائیں۔ ایک صاحب امریکہ میں بہت عرصہ مقیم رہے، ڈیفنس لاہور میں موجودہ رہائش ہے۔ دل کے اچھے منجان مرنج اور خوش اخلاق ہیں کیونکہ عرصہ دراز سے تعلق ہے۔ ابھی کچھ ماہ قبل انکی اہلیہ آئیں کہ نامعلوم کیا ہوا کہ 32 سال ہو گئے ہیں آج تک ان کا یہ رویہ نہیں دیکھا۔ موجودہ رویہ یہ ہے کہ ہر کسی کو تنگ کرتے ہیں، بات بات پر غصہ آتا ہے بلاوجہ جھڑک دیتے ہیں۔ بعض اوقات تنہائی میں چلے جاتے ہیں۔ پرسوں کی بات ہے کہ کمرے کا کلاک بھی اتروا دیا کہ مجھے نیند نہیں آتی۔ کئی کئی وقت نہیں کھاتے صرف پانی یا ہلکی چائے پی لیتے ہیں۔ ہر وقت گھر میں جھگڑا اور ٹینشن کا ماحول رہتا ہے، تھک ہار کر آپ (حکیم محمد طارق محمود چغتائی) کے پاس آئی انہوں نے مجھے سکونی دوائی مستقل 3 ماہ استعمال کرانے کا مشورہ دیا اور ساتھ مصالحہ دار گرم تلی ہوئی چیزوں سے مستقل منع کر دیا حتیٰ کہ کچھ عرصہ کے لیے چائے تک۔ مزید یہ ہدایت دی کہ سکونی پر ترکیب استعمال دن میں 3 بار لکھا ہوا ہے لیکن آپ اپنے میاں کو 6 بار دو گولی استعمال کرائیں۔ بعض اوقات اس کے استعمال سے وقتی طور پر اجابت تلی آتی ہے۔ اس سے اندرونی بیماریاں نکل جاتی ہیں اور جسم پرسکون ہو جاتا ہے۔ حکیم صاحب کے مشورے سے میں نے سکونی استعمال کرانا شروع کر دی اور ڈاکٹری دوائی فوراً نہیں چھوڑی۔ کچھ ہی دنوں کے بعد ڈاکٹری نشے کی گولیاں آدھی رہ گئیں اور طبیعت ہشاش بشاش ہوگئی۔ مزاج نارمل ہونے لگا۔ گھر میں سکون کی کرنیں آئیں میرا دوائی پر اعتماد بڑھتا گیا اور اب صرف چند ہفتوں کے بعد میرے میاں 90 فی صد نارمل ہیں اب دوائی کی مقدار کم کر دی ہے اور نشہ آور ڈاکٹری دوائیں بالکل ختم ہوگئیں ہیں۔ (مراسلہ: مسز برہان۔ ڈیفنس لاہور)

آئیں مل کر شوہر کا خانہ خراب کریں

گھر کو زیادہ سے زیادہ گندہ اور منتشر کیجئے۔ یہ بات ذہن نشین کرلیجئے کہ صفائی اور سلیقے سے آپ کی بیشتر الجھنیں دور ہو جائیں گی اور شوہر کو دکھ دینے کے بہت سے سنہری مواقع ہاتھ سے نکل جائیں گے (انتخاب: مس مسرت۔کوئٹہ)

خواتین کے لیے کتابوں، رسالوں اور اخباروں میں ازدواجی زندگی کو بہتر بنانے کے طریقے اکثر چھپتے رہتے ہیں۔ بیویاں یہ طریقے پڑھتی ضرور ہیں لیکن عمل بہت کم کرتی ہیں معلوم ہوتا ہے بعض بیویاں شوہر کی زندگی خوشگوار بنانا نہیں چاہتیں۔ ذیل میں ہم نے بڑی تحقیق اور جستجو کے بعد ایسے طریقے دریافت کیے ہیں جن پر عمل پیرا ہو کر آپ اپنے شوہر کی زندگی تلخ اور اچھے بھلے گھر کو جہنم کا نمونہ بنا سکتی ہیں۔ آزمائش شرط ہے۔

(1) گھر میں ہر وقت ہنگامے کی فضا پیدا کیجئے۔ شوہر تھک ہار کر گھر آئے تو اسے آرام کی خواہش ہوتی ہے، اس کی یہ خواہش ہرگز پوری نہیں ہونے دیجئے۔ اپنی صحت کا رونا روئیے، بچوں اور ملنے جلنے والوں کی شکایت کیجئے اور آخر میں اپنے آپ کو خوب کوسیے۔ درج ذیل جملے آزما کر دیکھئے۔

''یہ گھر تو جہنم ہے۔ یہاں آنے سے پہلے موت آجاتی تو اچھا تھا۔ اف میرے خدایا صبح سے بچوں نے ناک میں دم کر رکھا ہے۔ شام تک مشین کی طرح کام کرتی ہوں، لیکن سکھ کا سانس نصیب نہیں۔ آج پھر ہمسایوں سے تو تو میں میں ہوگئی۔ میں کہتی ہوں آپ مکان بدل کیوں نہیں لیتے۔ میری تو جان عذاب میں ہے۔ آخر کوئی کب تک برداشت کرسکتا ہے؟ آج تو میں نے وہ سنائیں کہ بی ہمسائی کو چھٹی کا دودھ یاد آگیا۔ کم بخت نے چیخ چیخ کر آسمان سر پر اٹھا رکھا تھا۔ یہ آپ خاموش کیوں ہیں؟ میں کہتی ہوں کچھ بولیے...... کیا میں ہی بکواس کیے جاؤں؟ ٹھیک ہے آپ کو میری کیا پرواہ۔ جب سے اس گھر میں آئی ہوں مصیبتوں کے سوا کچھ نہیں دیکھا۔ آپ چاہتے ہیں میں پاگل ہو جاؤں۔''

موقع محل کے مطابق آپ ان جملوں میں تبدیلی کرسکتی ہیں۔ ایک بچے کے سر پر دھول جمائیے، دوسرے کو دھکا دیجئے اور فرش پر بیٹھ کر اپنی بدنصیبی کا ماتم کیجئے۔ بے چارہ شوہر، جو دن بھر کے کام سے تھکا ہوا ہے، آپ کی گفتگو سے بہت مستفید ہوگا اور خودکشی وغیرہ کے بارے میں سنجیدگی سے غور کرے گا۔ ذہنی اذیت جسمانی اذیت سے کہیں زیادہ تکلیف دہ ہوتی ہے۔

(2) گھر کو زیادہ سے زیادہ پراگندہ اور منتشر کیجئے۔ یہ بات ذہن نشین کرلیجئے کہ صفائی اور سلیقے سے آپ کی بیشتر الجھنیں دور ہو جائیں گی اور شوہر کو دکھ دینے کے بہت سے سنہری مواقع ہاتھ سے نکل جائیں گے۔ شوہر کی ذاتی چیزیں، بچوں کے حوالے کر دیجئے۔ اس کا کمرہ بے ترتیب رہنا چاہیے تاکہ کوئی چیز وقت پر نہ مل سکے اور وہ ہر وقت پریشان اور مضمحل رہے۔

(3) شوہر کو یہ احساس دلائیے کہ اس کی حالت قابل رحم ہے، زندگی جانوروں سے بدتر اور تنخواہ کم ہے۔ بھول کر بھی تعریف نہ کیجئے۔ تعریف و تحسین کے کلمات انسان میں امید اور عزم پیدا کرتے ہیں اور مایوسی اور بددلی، زندگی کی دوڑ میں ناکام بناتی ہے۔ ہوسکتا ہے شروع میں وہ آپ کی باتوں سے متاثر نہ ہو، لیکن کوشش جاری رکھیے۔ جلد یا بدیر اسے آپ پر یقین کرنا پڑے گا اور وہ خود کو ناکارہ اور ناکام انسان سمجھ لے گا۔

(4) دفتر کاروبار یا کام کاج کے بارے میں شوہر کو الٹے سیدھے مشورے دیجئے۔ صرف مشورہ دینے سے چنداں فائدہ نہیں، اپنے مشورے پر عمل کرائیے۔ آپ کی بات نہ مانے تو جھگڑا کیجئے۔ آخر آپ ''بیگم صاحب'' ہیں اور وہ صرف ''صاحب'' اسے زندگی کا کوئی تجربہ نہیں اور آپ کا علم ماشاءاللہ بہت وسیع ہے ہر کام میں اس کی کڑی نگرانی کیجئے۔

(5) کیا آپ کا شوہر مقروض ہے؟ اگر نہیں تو جلدی کیجئے اسے قرض کے جھنجھٹ میں پھنسائیے۔ آمدنی سے زیادہ خرچ کیجئے اور زندگی کا لطف اٹھائیے۔ قرض اتارنے کے لیے اسے زیادہ کام کرنا پڑے گا۔ عدم ادائیگی کے خوف سے ذہنی پریشانی الگ ہوگی۔ اسے کہتے ہیں پانچوں گھی میں اور سر کڑاہی میں۔ خود عیش کیجئے اور اسے طیش دلائیے۔ اللہ نے چاہا، تو جلد ہی ''صاحب'' کا دیوالیہ نکل جائے گا۔

(6) آپ نے جاسوسی فلمیں دیکھی ہیں؟ نہیں...... تو جاسوسی ناول ضرور پڑھے ہوں گے۔ بچوں اور قابل اعتماد ملنے جلنے والوں کی ایک تنظیم بنائیے اور شوہر پر نظر رکھیے۔ صبح وہ کس جگہ تھا، دوپہر کو کہاں گیا اور رات گئے تک کیا کرتا رہا؟ آپ کے پاس یہ سب معلومات ہونی چاہئیں۔ نئے نئے سراغرساں یہ کام بخوبی انجام نہیں دے سکیں گے اور ''صاحب'' کو جلد ہی پتا چل جائے گا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

چائے یا لسی، فیصلہ آپ کریں

ضعف اعصاب، یعنی اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں جس کی وجہ سے جسم پر لرزہ طاری رہتا ہے اور جسم کانپتا رہتا ہے۔
(انتخاب: عمران ہاشمی۔ملتان)

(1) چائے سے نیند اڑ جاتی ہے (2) چائے سے چڑچڑا پن پیدا ہوتا ہے، دنیا میں دیکھیں لوگ ذرا ذرا سی بات پر کیسے لڑتے ہیں۔ یہاں دارالافتاء (یعنی دارالافتاء والارشاد کراچی) میں ایک مقدمہ پیش ہوا کہ شوہر کمرے میں آیا تو دروازہ ذرا زور سے بند کردیا۔ بیوی چلائی تجھ سے دروازہ آہستہ بند نہیں کیا جاتا تو شوہر کہتا ہے کہ اچھا یہ بات ہے، پھر دروازے کو پکڑ کر زور سے مارا اور پوچھا اب مزہ آیا۔ صبح صبح دونوں نے چائے پی لی ہوگی اس لیے دونوں چڑچڑے ہو رہے تھے، بالآخر نوبت طلاق تک پہنچنے لگی تھی اللہ تعالیٰ نے دستگیری فرمائی کہ انہیں دارالافتاء بھیج دیا تو انہیں کچھ سکون ملا۔ طلاق سے بچ گئے ورنہ دروازہ بند کرنے پر گھر برباد ہو جاتا ہے۔ ایسے ہی ایک قصہ مشہور ہے کہ کسی کو اپنی بیوی پر غصہ آرہا تھا بیوی کی پٹائی لگانا چاہتا تھا۔ ایسے ہی چڑچڑا پن، اور کوئی بات نہیں مل رہی تھی۔ اس کی بیوی آٹا گوندھ رہی تھی تو اسے مارنا شروع کردیا کہ ہلتی کیوں ہے؟ آٹا گوندھنے میں تو ہلنا پڑتا ہے۔ اس نے اسی پر بیوی کو ٹھکائی لگادی۔ یہ ہیں چائے کے کرشمے، چائے کا ابا کافی، کافی کا ابا قہوہ۔ (3) چائے قبض کرتی ہے اور پیٹ کی سب بیماریاں قبض سے ہوتی ہیں (4) سستی، آپ لوگ کہیں گے کہ چائے پی کر تو چست ہو جاتے ہیں۔ یہ چستی وقتی ہوتی ہے جیسے تھکے گھوڑے کو چابک لگا دیا جائے تو دو قدم چل کر پھر رک جائے گا اسی طرح چائے بھی وقتی طور پر چست کرتی ہے بعد میں سستی پیدا کرتی ہے۔ مکمل طور پر مردہ بنا دیتی ہے (5) ہر وقت پیشاب کرتے رہو (6) ضعف گردہ (7) ضعف مثانہ (8) احتلام (9) سرعت انزال (10) جریان سمجھتے ہی ہوں گے ورنہ چائے نہ چھوڑی تو سمجھ جائیں گے (11) ضعف باہ (12) کثرت حیض (13) ضعف اعصاب، یعنی اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں جس کی وجہ سے جسم پر لرزہ طاری رہتا ہے اور جسم کانپتا رہتا ہے۔ بعض لوگ اپنے حالات بتاتے ہیں کہ شادی کے موقع پر بیوی کے تصور سے ہی لرزہ طاری ہوگیا (14) جنون کی دو قسمیں ہوتی ہیں، بعض پاگل تو خاموش رہتے ہیں اور بعض پاگل بکتے رہتے ہیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 32 پر)

عبقری 24 — دیواروں کی سلامتی کے لیے: **یَا ظَاهِرُ** گھر کی دیوار پر لکھ لیجئے ان شاءاللہ عزوجل دیوار سلامت رہے گی

سیاہ کاری سے پرہیزگاری تک

دنیا میں بہت کم لوگ ایسے ہیں۔ جو شیطانیت کی راہ پر اتنی دور تک چلنے کے بعد فلاح کی طرف آتے ہوں یہ خدا کا بہت بڑا انعام ہے کہ ایک چھوٹی سی بات سے بندے کا دل پھر جائے (تحریر: رفعت خانم۔ فیصل آباد)

دنیا اچھے برے لوگوں سے بھری پڑی ہے۔ دنیا میں دونوں قسم کے لوگ ہر جگہ موجود ہیں۔ اللہ اپنے کرم سے کسی ایسے شخص کو ایمان کی روشنی بخش دے جو شیطانیت کی راہ پر چل نکلا ہو تو یہ نہ صرف اس شخص کی خوش قسمتی ہوتی ہے بلکہ اللہ تعالیٰ کے جود وسخا اور بے نیازی کا پتا بھی اس بات سے چلتا ہے اور خدا کی ذات پر یقین کامل اور زیادہ ہو جاتا ہے۔ زیر سطور قصہ بھی ایک ایسے شخص کا ہے جس نے اپنے شیطانی کاموں سے سب کو زچ کر رکھا تھا۔ مگر جب خدا کی رحمت اس پر برسی تو لوگوں کو یہ معجزہ ہی لگا۔ آج سے تقریباً پچیس برس پہلے وہ شخص اٹھارہ برس کا جوان تھا۔ جوا کھیلنا، خصوصاً شراب پینا، چوری چکاری اور لوگوں سے ہیرا پھیری کر کے پیسے بٹورنا اس کا شیوہ تھا۔ انتہائی شریف گھرانے میں پیدا ہونے کے باوجود اس کو یہ بری عادتیں دوستوں سے ایسی لگیں کہ وہ مڈل سے آگے نہ پڑھ سکا۔ باپ نے بہت کوشش کی کہ چل کر دکان پر بیٹھے مگر مرضی سے جانے کے بعد وہاں بھی چوری کر کے بھاگ جاتا۔ چند دنوں بعد پیسے ختم ہو جاتے تو پھر گھر واپس آ جاتا۔ ماں کی وجہ سے اس کا باپ مجبور تھا کہ وہ رونے لگتی تھی۔ اس بات سے اسے اور شہہ مل جاتی۔ تنگ آ کر اس کے والد نے اپنی بھانجی سے اس کی شادی کر دی۔ بہن بیچاری بیوہ غریب تھی، بھائی کی ناانصافی پر احتجاج نہ کر سکی اور یوں اس جوارئیے پرویز عرف پجی کو اپنی بیٹی دے دی۔ پانچ بیٹیوں کی ماں تھیں، کیا کرتی۔ پجی صاحب کو تو مفت کی ملازمہ ہاتھ لگ گئی۔ پہلے تو جب گھر آتا تو ٹھنڈا کھانا کھانا پڑتا تھا مگر اب اسکے کھانے اور کپڑوں کا خیال کرنے والی خادمہ گھر میں موجود تھی۔ وقت گزرتا گیا اور پھر ایک دن وہ بیٹی کا باپ بن گیا وہ اس دن تقریباً پندرہ دن بعد گھر آیا تھا۔ صحن میں بیٹھ کر سوچتا رہا کہ ابھی کھانا کیوں نہیں لیکر آئی۔ والدہ نے کہا کہ تمہارے ہاں بیٹی پیدا ہوئی ہے اب تو کچھ شرم کر لے۔ باپ بیچارہ بہن اور بھانجی کے سامنے شرمندہ ہے۔ وہ سمجھتے تھے کہ شاید شادی کے بعد تو سلجھ جائے گا۔ ماں سے یہ الفاظ سن کر آپے سے باہر ہو کر بولا میں ایسا نہیں چاہتا تھا۔ اگر آپ نہیں پال سکتے تو یتیم خانے دے آئیں۔ اندر بیوی سن رہی تھی۔ تھوڑی دیر بعد غصے سے اندر گیا تو دیکھا کہ اس کی بیوی بچی کو ساتھ لگائے رو رہی ہے۔ پوچھا کیوں رو رہی ہو کیا میں مر گیا ہوں، بیوہ ہو گئی ہو۔ بیوی نے پہلی بار شکائتی نظروں سے اپنے شوہر کی طرف دیکھا اور بولی نہیں میں تو اس لیے رو رہی ہوں کہ میں نے خدا سے کتنی دعائیں کی تھیں کہ اللہ مجھے بیٹی نہ دینا۔ اگر تمہارے جیسا مرد پلے پڑا تو کیا ہوگا۔ اتنا کہہ کر وہ پھر رونے لگی۔ پجی نے حیرت سے اپنی بیوی کی طرف دیکھا کہ یہ بات اس نے کہی ہے جس نے دو سال چپ چاپ گزار دیئے، کبھی شکایت نہ کی تھی۔ اپنے تئیں تو پجی نے اس سے نکاح کر کے احسانِ عظیم کیا تھا کہ اس دور میں کون کسی یتیم غریب لڑکی سے بیاہ کرتا ہے۔ جس کے سر پر باپ اور بھائی کا سایہ بھی نہ ہو۔ وہ خاموش ہو کر کھانا کھائے بغیر چھت پر چلا گیا اور صبح فجر تک ٹہلتا رہا۔ صبح موذن کی آواز پر گھر سے نکل آیا۔ مسجد میں گیا تو مولوی صاحب سمجھے شاید چوری کرنے آیا ہے کیونکہ پہلے بھی دو دفعہ مسجد سے چوری کرتا پکڑا گیا تھا۔ انہوں نے کہا کہ پجی تو گھر جا کر سوتا کیوں نہیں یہاں تیرا کیا کام۔ اگر چوری نہیں کرنی تو پھر کیا نماز پڑھنے آیا ہے؟ پجی کی آنکھوں میں آنسو آ گئے اور بولا ہاں مولوی صاحب آج ہی جاگا ہوں مگر نماز تو کیا پڑھوں گا مجھے تو وضو کرنا بھی نہیں آتا۔ مولوی صاحب نیک انسان تھے۔ اسے وضو کروایا اور پھر اس نے جماعت کے ساتھ نماز پڑھی، گھر واپس آیا تو دیکھا بیوی سو رہی تھی بچی کو اٹھا کر سینے کے ساتھ لگا لیا۔ بیوی کی آنکھ کھلی تو وہ یہ سمجھی شاید یتیم خانے دینے کے لیے لے جا رہا ہے۔ وہ رونے لگی اور کہا کہ میں نے کبھی تم سے کچھ نہیں مانگا، اپنی بچی کے لیے بھی کچھ نہیں مانگوں گی، یہ ظلم مت کرو۔ پجی کا دل بہت برا ہوا۔ بیوی کو پیار سے سمجھایا کہ وہ اپنی بچی کو پیار کرنے کا حق بھی نہیں رکھتا؟

اسی دن سے باپ کے ساتھ دکان پر جانے لگا۔ پہلے پہل تو اس کے والد صاحب اس پر اعتبار نہیں کرتے تھے مگر پھر اس نے دکھا دیا کہ اگر اللہ تعالیٰ کی مدد شاملِ حال ہو تو انسان کا دل بدلنے پر دیر نہیں لگتی۔ آج اس پجی کو لوگ حاجی پرویز صاحب کے نام سے پکارتے ہیں۔ اس نے دکان ایسی چلائی کہ کسی کو یقین نہیں ہوتا کہ یہ وہی پجی ہے جو دو سو روپے چوری کر کے دکان کھلی چھوڑ کر بھاگ گیا تھا۔ والدین کو، بیوی کو حج کروایا۔ آج ان کے چار بچے ہیں مگر اپنی بیٹی (جس کا نام پجی نے ''نور ایمان'' رکھا تھا اور نام رکھتے وقت اس نے کسی کی نہ سنی تھی) اس کو بہت پیاری ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ میری بیٹی نے میرے دل میں ایمان کی جوت جلائی ہے۔ اس کا معصوم چہرہ دیکھ کر اور اپنی بیوی کی اس وقت کہی ہوئی بات نے مجھے اندر سے ہلا دیا تھا۔ پرویز صاحب کو دیکھ لیں تو نورانی چہرہ اور ماتھے پہ محراب، گھنی ڈاڑھی ان کے پانچ وقت نمازی اور پرہیزگاری کا پتہ دیتی ہے۔ مارکیٹ میں ان کی اتنی عزت ہے کہ لوگ ان کی شرافت کی مثالیں دیتے ہیں۔ صرف ان کے ماضی کو جاننے والے لوگ ہی اس بات سے واقف ہیں کہ وہ کیا تھا؟ میں سمجھتی ہوں کہ ان کی کوئی نہ کوئی نیکی ان کے کام آئی ہے جو خدا نے اتنی ذلتوں اور پستیوں سے نکال کر انہیں اس مقام تک پہنچایا ہے۔ وہ شخص جس سے کسی کی مال و آبرو محفوظ نہ تھی آج محلے کی بہو بیٹیوں کو اپنی نور ایمان جیسا سمجھتا ہے اور اس کی نگاہیں عورتوں کو دیکھ کر جھک جاتی ہیں۔ دنیا میں بہت کم لوگ ایسے ہیں جو شیطانیت کی راہ پر اتنی دور تک چلنے کے بعد فلاح کی طرف آتے ہوں۔ یہ خدا کا بہت بڑا انعام ہے کہ ایک چھوٹی سی بات سے بندے کا دل پھر جائے۔

قارئین کرام آپ کو کبھی ایسے لوگ ملیں تو کبھی انہیں دل سے برا نہ جانیئے۔ کیا معلوم آنے والا وقت کس کی جھولی میں کیا ڈالنے والا ہے؟ یہ خدائے برتر کے علاوہ کوئی نہیں جانتا۔ میری استدعا ہے کہ اگر کسی ایسے شخص سے سامنا ہو تو اس کی اپنے طور اصلاح کی کوشش کیجئے، یہ صدقہ جاریہ ہے۔ توفیق تو اسے خدا کی طرف سے ملتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

داڑھ درد کا بہترین نسخہ

میں نے یہ نسخہ کئی بار استعمال کیا ہے اور لوگوں سے بھی اس کی تعریف سنی ہے۔ نسخہ کچھ یوں ہے کہ جب کبھی داڑھ میں یا مسوڑھوں میں درد ہو تو تھوڑا سا سرسوں کا تیل لیں اور اس میں تھوڑا سا نمک ڈال کر مکس کر لیں ایک پیسٹ سا بن جائیگا۔ اس کو انگلی کے ساتھ داڑھ پر/مسوڑھوں پر اچھی طرح سے مل لیں۔ اور کچھ دیر کے لیے منہ کھلا چھوڑ دیں تا کہ گندا پانی باہر نکل جائے گا۔ اگر آپ اس میں لونگ بھی ملا لیں تو نسخے کو چار چاند لگ جائیں گے۔ گندا پانی نکل جانے کے بعد آپ نے کلی نہیں کرنی (مرسلہ: انجینئر رضوان۔ بورے والا)

ہچکی کا نہایت آسان علاج: ہچکی مسلسل آ رہی ہو تو ذرا سی چینی کھا لیں، ہچکی ختم ہو جائے گی

زندگی میں توازن	پراسٹیٹ گلینڈ	بخار کا اثر	بھوک کی کمی	سر پر چوٹ

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور جگہ کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

زندگی میں توازن

مجھے کام کرنے کی لت پڑ گئی ہے اور میں اس کی عادی (work addict) ہوتی جارہی ہوں۔ اس وجہ سے مجھے کھانے پینے کا ہوش بھی نہیں رہتا، اس لیے صحت دن بدن گرتی جارہی ہے۔ کیا کروں؟ (نازیہ خان۔ تربیلا)

جواب: اگر صحت کے لیے اور زندہ رہنے کے لیے آرام کی ضرورت نہ ہوتی تو میں آپ کو یہی مشورہ دیتا کام کام کام! مگر میں تو اللہ تعالیٰ کے رسول ﷺ کی بات مانتا ہوں۔ وہ سب کو مصروف دیکھنا چاہتے ہیں، مگر آرام کو بھی ضروری قرار دیتے ہیں۔ آرام مصروف انسانیت کا حق ہے۔ پاکستان اور اسلام کو مخلص عورتوں کی ضرورت ہے کہ وہ کام کریں اور آرام بھی بقدر ضرورت کریں۔ توازن پیدا کریں۔ خود میں نے بھی پچھلے چوبیس سال سے رات دن کام کیا ہے، مگر کسی نہ کسی طرح آرام کے لیے بھی وقت نکالا ہے۔ آرام سے جسم کے ضائع شدہ خلیات کی جگہ نئے خلیات آجاتے ہیں۔ یہ تعمیر رات کو اچھی ہوسکتی ہے جب اندھیرا ہو اور انسان آرام سے سو رہا ہو۔ اگر یہ تعمیر رک گئی تو کل جسم پژمردہ ہوجائیگا۔ صحت مندی بڑی مشکل سے واپس آتی ہے۔ صحت کی دیوی کی خاطر مدارات کی ضرورت ہوا کرتی ہے ورنہ یہ روٹھ جائے گی۔ میرا دل آپ کے سوال سے بے حد خوش ہوا ہے کہ پاکستان کی نوجوان عورتیں تعمیر پاکستان کے لیے رات دن ایک کرنا ابھی بھولی نہیں ہیں۔ وہ رات دن مصروف رہنا جانتی ہیں۔ یہ جذبہ قابل قدر ہے۔ میں ایسی عظیم عورتوں کے لیے دعا کرتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ ان کو خودی اور خودداری سے مالا مال فرماتے رہیں اور یہ آنے والے شدید وقت کا مردانہ وار مقابلہ کرتی رہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 7 اور 8 کو استعمال میں لائیں۔

پراسٹیٹ گلینڈ کی تکلیف

عمر ۶۰ سال۔ ایک کمپنی میں الیکٹریشن تھا۔ ۲۔۳ سال سے پیشاب کی تکلیف میں مبتلا ہوں۔ ڈاکٹروں کی رائے میں یہ پراسٹیٹ گلینڈ کی تکلیف ہے۔ آپریشن کا مشورہ دیا ہے میں طب مشرق کا پرستار رہا ہوں۔ از راہ کرم کسی ایسے علاج اور تدبیر و غذا سے مطلع فرمائیے کہ مرض اور کچھ نہ سہی قابو ہی میں آجائے، پریشان ہوں۔ (سید امام، کراچی)

جواب: سرپھوکا، گل منڈی، ریوند چینی ۔۶۔۶ گرام ایک گلاس پانی میں رات بھگو دیجیے، صبح جوش دے کر چھان کر پی لیجیے۔ اگر مرض شدید ہے تو صبح اور رات دونوں وقت یہ نسخہ نوش جاں کیجیے۔ اللہ تعالیٰ شفا دینے والے ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 8،6 کو استعمال کریں، ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

نروس بچہ

میرا سات سالہ بچہ کوئی دو سال کی عمر میں شدید بخار میں بے ہوش ہوگیا تھا۔ ہسپتال میں فوری طور پر آکسیجن دی گئی اور بخار کم کرنے کی تدابیر کی گئیں۔ ڈاکٹر اسے تیز بخار سے بچانے کی ہدایت کرتے ہیں۔ اب وہ ایک اسکول میں پڑھتا ہے، لیکن تعلیمی اعتبار سے وہ بہت پیچھے ہے سبق یاد تو ہو جاتا ہے، لیکن لکھ نہیں سکتا۔ لکھنے کو کہتے ہیں تو کانپنے لگتا ہے، ڈاکٹر نے ان سیفے بال نامی ایک دوا دی تھی، لیکن اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ ویسے وہ نارمل ہے ہاں نروس ضرور ہے۔ ذراسی سختی پر رونے لگتا ہے۔ (بیگم سعید مرزا۔ کراچی)

جواب: بظاہر اس پیارے بچے کے دماغی قویٰ مکمل نمو سے محروم ہوئے ہیں۔ اس کا سبب وہ بخار بھی ضرور ہوسکتا ہے جو دو سال کی عمر میں شدت کے ساتھ اسے چڑھا۔ نہ جانے بخار کس قسم کا تھا اور کیا اس کا علاج ہوا۔ ہمارے ہاں معالجین ماشاء اللہ اس درجہ مصروف ہیں کہ ان کے پاس تشخیص کے لیے فرصت کم ہے۔ ان کی اس مجبوری کو دور کرنے کے لیے ملٹی نیشنل کارپوریشنوں اور بین الاقوامی دواسازوں نے آسانیاں بہم پہنچادی ہیں۔ مثلاً اینٹی بایوٹکس ہیں کہ جس طرح دل چاہا استعمال کرا دیا اور زیادہ مسئلہ الجھا ہوا ہو تو تین طرح کے اینٹی بایوٹکس ملا کر ایک دوا تیار کر ڈالی۔ اب غور کی ضرورت بالکل ہی باقی نہیں رہی ہے۔ بخار ملیریا ہے، یا ٹائی فائڈ ہے یا نمونیا ہے، بس ''تھری ان ون'' کی گولی چلا دیجیے، شفا اللہ کے ہاتھ میں ہے اور مرض بڑھ گیا تو غیر ملکی دواسازوں کے وارے نیارے، جتنا مرض بڑھے گا دوا زیادہ فروخت ہو گی۔ یاد کیجیے کہ بخار کا علاج کیا ہوا تھا!

اب اس پیارے بچے کے لیے میں کیا مشورہ دوں یہی کہ اس کی غذا کا سامان کیجیے۔ اچھی سے اچھی غذا دیجیے اور دودھ دہی کا استعمال کرائیے۔ مغز بادام سے فائدہ اٹھائیے۔ ۵ دانے بادام رات بھگو دیجیے، صبح خوب باریک پیس کر دودھ میں ملا کر پلائیے۔ چارٹ سے غذا نمبر 3،1 استعمال کریں انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

بھوک کی کمی

میرا نو (۹) سالہ بچہ بہت ذہین اور چست ہے، لیکن بچپن میں ۲۱ روز تک بخار میں مبتلا رہنے کے بعد سے اس کی بھوک خاصی کم ہوگئی ہے۔ اس دوران میں اسے کلوروفینوکال کا شربت پلایا گیا تھا۔ بڑی مشکل اور دیر سے کھانا کھاتا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ اس کا جگر متاثر ہے۔ ان کے تجویز کردہ ٹانک سے کوئی خاص افاقہ نہیں ہوتا۔ از راہ کرم مناسب علاج تجویز فرمائیے تاکہ اس کی بھوک بڑھ جائے اور وزن میں کچھ اضافہ ہو۔ (رشید احمد۔ جہلم)

جواب: آپ نے سب باتیں لکھ دی ہیں، مگر اصل بات نہیں لکھی کہ صاحبزادے کا وزن کتنا ہے اور قد کیا ہے؟ قد اور وزن میں توازن اگر ہے تو زیادہ پریشان ہونے کی چنداں ضرورت نہیں ہے۔ آخر آپ صاحبزادے کو ضرورت سے زیادہ کھلانے پر کیوں مصر ہیں؟ اس ۹ سالہ بچے کے لیے بہترین ٹانک یہ ہے کہ اسے غذا کا پابند وقت بنا دیجیے اور اس کے آرام اور ورزش کا خیال رکھیے۔ اگر وہ اپنے اسکول میں کھیل کود میں حصہ لینے سے گریزاں ہے تو اس کے اس فرار کو دور کرنا چاہیے۔ بدقسمتی یہ ہے کہ ہمارے ہاں تعلیم کا صحیح تصور

دانت کی تکلیف سے نجات: لونگ کو باریک کر کے دانتوں کے اندر رکھ لیں۔ تھوڑی دیر کے اندر تکلیف دور ہو جائے گی

ہنوز قائم نہیں ہوسکا ہے اور اسکول اور کھیل کے میدان کے تعلق کو سمجھا نہیں گیا ہے۔ شہروں میں نہ کھیل کے میدان ہیں، نہ خالی میدانوں کو باقی رکھا جانے کا دستور ہے۔ جو جگہ خالی ہے وہاں عمارت کھڑی کرائی جاتی ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 8,7,6 کو استعمال کریں۔ ان غذاؤں سے فائدہ ہوگا۔

سر پر چوٹ

پانچ یا چھ سال قبل اسکوٹر پر سے گر گیا تھا۔ اس وقت سر پر چوٹ لگی تھی اگرچہ میں بے ہوش نہیں ہوا تھا لیکن اس وقت سے میرا حافظہ متاثر چلا آرہا ہے۔ یادداشت کمزور ہورہی ہے اور اعصاب بھی کمزور ہورہے ہیں۔ گھبراہٹ اور بے چینی رہتی ہے۔ از راہِ کرم مناسب تدبیر وعلاج سے نوازیے۔ عمر ۳۰ سال ہے۔ (عفت علی، کراچی)

جواب: واقعی جب انسان اس ''ہوائی سواری'' پر سوار ہوتا ہے تو اس کی جولانیِ طبع اسے تیز رفتاری پر مائل کرہی دیتی ہے۔ موٹر سائیکل چلانا کم دلچسپ نہیں ہے۔ مگر یہ دلچسپی جب حدود سے متجاوز ہوتی ہے تو پھر موٹر سائیکل سوار لہریں کاٹتا ہے۔ ذرا خود کھڑے ہو کر دیکھیے کہ ہر موٹر سائیکل سوار گاڑیوں کے درمیان سے گزر جانے میں فرحت و کمال محسوس کرنے لگتا ہے اور پھر کسی دن حادثے کا شکار بھی ہو ہی جاتا ہے۔ یہ بالکل ممکن ہے کہ سر پر جو ضرب لگی ہے اس نے دماغ میں مقام و مرکزِ ذہن کو متاثر کیا ہوا اور اس کی اصلاح نہ ہوسکی ہو۔ ان دنوں سنا ہے کہ مغربی جرمنی میں مغز بادام شیریں پر زوردار ریسرچ کا سلسلہ جاری ہے اور معلوم یہ ہوا ہے کہ بادام ذہن کو تیز کردیتے ہیں۔ صدیوں سے طب اسلامی میں بادام کا مقام یہی ہے۔ آپ بھی اس سے فائدہ اٹھائیے۔ بارہ پندرہ دانے بادام رات کو بھگو دیجیے صبح چھیل کر ان کو دودھ کی مدد سے جس قدر باریک پیس سکتے ہیں پسوالیجیے۔ پھر دودھ ملا کر میٹھا کر کے نوشِ جاں کیجیے۔ چارٹ سے غذا نمبر 3,2 کو استعمال کریں۔ ان غذاؤں سے اعصاب میں طاقت آئے گی۔

ہاضم تیزاب کی کمی

میرے معدے میں ہاضم تیزاب کی کمی ہے۔ کیا کرنا چاہیے۔ (عجب خان، سوات)

جواب: ایک گلاس اناناس کا رس روزانہ پینے اور اناناس کھانے سے تیزاب معدہ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ کلورین جو کھانے کے نمک کا ایک جزو ہے اناناس میں وافر مقدار میں ہوتی ہے۔ یہ پروٹین کو ہضم کرنے کے لیے ضروری ہے اور تیزاب نمک کی تولید میں معاون ہے جو گوشت کو ہضم کرتا ہے۔ اس لیے اس کے علاوہ بہت سی بوٹیاں اور بوٹیوں کی جڑیں بھی یہی فعل انجام دیتی ہیں۔ مثلاً مشطر مشیع، بادرنجبویہ، پپیتا (ککڑی) وغیرہ۔ چارٹ سے غذا نمبر 5 استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2
انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4
دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پیٹھا، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6
کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، ایلچی کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8
آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اناناس، رس بھری

بیٹے کے لیے خوبصورت تحفہ: باپ کا کوئی عطیہ بیٹے کے لیے اس سے بڑھ کر نہیں کہ اس کی تعلیم وتربیت اچھی کرے

اولیاء کے مستند وظائف وعملیات

قطب عالم شاہ محمد غوث صاحبؒ گوالیاری

باغ اور کھیتی کی حفاظت کے لیے سورۃ والتین گلاب وزعفران سے لکھ کر پانی میں گھول کر باغ یا کھیتی کے چاروں کونوں پر چھڑک دیں۔ باغ/کھیتی چوہے اور ٹڈیوں سے محفوظ رہے گی۔

ہرماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

خواص سورۂ لہب: یہ مخالفین کے لیے تیر بہدف ہے، ۷ بار نمک پر دم کرکے آگ پر ڈالیں۔

خواص سورۂ کوثر: (i) نزول باران رحمت کے وقت ۱۰۰ بار پڑھیں۔ جو دعا کروگے، قبول ہوگی۔

(ii) انگوٹھے پر پڑھ کر آنکھوں پر ملیں روشن ہوجائیں گی۔

(iii) اگر کسی دشمن نے گھر میں جادو دفن کردیا ہو۔ اس سورہ کا ورد کرنے سے جادو دفن کرنے کی جگہ معلوم ہوجائے گی اور جادو کا اثر دور ہوجائے گا۔

خواص سورۂ والضحیٰ والم نشرح: (i) ادائیگی قرضہ کے لیے ہرنماز کے بعد ۱۱ مرتبہ پڑھا کریں۔

(ii) اگر کسی شخص کا کوئی جانور گم ہوگیا ہو، تو ان دونوں سورتوں کو ۷ مرتبہ پڑھ کر شہادت کی انگلی اپنے سر کے گرد گھمائیں۔ اس کے بعد یہ ۷ مرتبہ پڑھیں

(اَصۡبَحۡتُ فِیۡ اَمَانِ اللّٰهِ وَاَمۡسَیۡتُ فِیۡ جَوَارِ اللّٰهِ اَمۡسَیۡتُ فِیۡ اَمَانِ اللّٰهِ وَاَصۡبَحۡتُ فِیۡ جَوَارِ اللّٰهِ اَبۡرَهَا صَبۡرُهَا صَعۡرُصَا)

خواص سورۂ والتین: باغ اور کھیتی کی حفاظت کے لیے یہ سورۃ گلاب وزعفران سے لکھ کر پانی میں گھول کر باغ یا کھیتی کے چاروں کونوں پر چھڑک دیں۔ باغ/کھیتی چوہے اور ٹڈیوں سے محفوظ رہے گی۔

خواص سورۂ تکاثر: بارش برستے ہوئے، بارش کے پانی پر یہ سورۃ 41 مرتبہ دم کرکے شیشی میں بھر کر رکھ لیں۔ یہ تھوڑا سا پانی پیا کریں۔ کوئی رنج وغم قریب نہ آئے گا۔ اگر پانی کم ہوجائے، تو پانی اور ملالیا کریں۔

خواص سورۂ والعصر: غلہ کے کوٹھے میں یہ سورت کاغذ پر لکھ کر چاروں کونوں میں گاڑ دیں۔ غلہ ہر آفت سے محفوظ رہے گا۔

خواص سورۂ قریش: (i) یہ سورۃ جس کھانے پر پڑھ کر دم کریں، خوب برکت ہو۔

(ii) اگر کسی شخص نے زہر پی لیا ہو یہ سورۃ زعفران اور گلاب سے چینی کی طشتری پر لکھ کر پانی سے دھو کر زہر خوردہ کو پلائیں، زہر کا اثر دور ہوجائے گا۔

خواص سورۂ کافرون: اتوار کو طلوع آفتاب سے پہلے یہ سورت دس دفعہ پڑھ کر جو دعا کریں قبول ہوگی۔

خواص سورۂ طارق: اگر کسی شخص کو خواب میں بار بار احتلام ہوجانے کا عارضہ ہو، تو چار پائی پر لیٹتے وقت سورۃ طارق ﴿مِنۡ قُوَّةٍ وَّلَا نَاصِرٍ﴾ تک ۱۱ بار پڑھ کر سوجائیں۔

خواص سورۂ قدر: جو شخص سورۂ قدر کا ورد کرے، اور یہ دعا ۷ بار پڑھے۔ دنیاوی دولت سے مالا مال ہوجائے

﴿اَللّٰهُمَّ یَا مَنۡ یَّکۡفِیۡنِیۡ مِنۡ خَلۡقِهٖ جَمِیۡعًا وَّلَا یَکۡفِیۡنِیۡ مِنۡهُ اَحَدٌ مِّنۡ خَلۡقِهٖ یَا اَحَدُ لَا یَنۡقَطِعُ الرَّجَاءُ اِلَّا مِنۡکَ وَمَا تَصَوَّرَتِ الۡاٰمَالُ اِلَّا فِیۡکَ یَا غَیَاثَ الۡمُسۡتَغِیۡثِیۡنَ اَغِثۡنِیۡ﴾

جو شخص نان شبینہ (ایک وقت کی روٹی) کا محتاج ہو، وہ **سورۂ فاتحہ** ایک بار اور **سورۂ الم نشرح** ۳ بار اور **سورہ انا انزلنا** ۱۱ بار پڑھا کرے، غیب سے رزق کے دروازے کھل جائیں گے

خواص سورۂ حشر: دشمن اور ظالم کے شر سے حفاظت کے لیے سورۂ حشر کا ورد نہایت مجرب ہے۔

خواص سورۂ واقعہ: (i) جو شخص سورۃ واقعہ پڑھے گا، اس کو کبھی فاقہ اور تنگی نہ ہوگی۔

(ii) اور اگر بعد نماز عصر ۴۰ مرتبہ پڑھا کریں، تو حق تعالیٰ بے حساب اس کو دولت دنیا عطا فرمائے گا۔

خواص سورۂ حجر: اگر جگر بڑھ گیا ہو، یا سخت ہوگیا ہو، ۷ بار پیٹ پر دم کریں۔ تکلیف جاتی رہے گی۔

خواص سورۂ ملک: یہ سورۃ پڑھنے والے کو قبر کے عذاب سے پناہ میں رکھتی ہے۔

خواص سورۂ مزمل: سورۂ مزمل کے خواص بے شمار ہیں۔ پڑھنے کا سہل طریقہ یہ ہے، کہ بعد نماز فجر ۲ بار اور بعد ظہر ۷ بار، بعد عصر ۸ بار، بعد مغرب ۹ بار، اور بعد عشاء ۱۱ بار ہمیشہ پڑھا کریں۔ اس سورۃ معظم کی برکت سے ہر مشکل آسان ہوجائے گی۔

خواص سورۃ یسین: (i) جو شخص سورۂ یسین کا ورد صبح و شام رکھے گا، بھوکا ننگا نہ رہے گا۔

(ii) نفس اور شیطان کو ہلاک کرنے کے لیے، کچی اینٹوں کے ٹکڑوں پر سورۃ یسین ۷ بار پڑھ کر دم کریں اور ان ٹکڑوں کو جنازہ کی طرح کپڑے میں لپیٹ کر بہتے پانی میں ڈال دیں۔ جب وہ ٹکڑے پانی میں گل جائیں گے، نفس اور شیطان بھی ہلاک ہوجائے گا۔ (اللہ ان کے شر سے حفاظت فرمائیں گے)

خواص سورۃ علق: ذہن کو تیزی اور قوت حافظہ کے لیے یہ سورۃ ﴿**علم الانسان مالم یعلم**﴾ تک لکھ کر، پانی میں گھول کر پلائیں۔

طریق دعوت اسم یَا وَهَّابُ

تمام انبیاء عظام اور اولیاء کرامؒ نے اسم ﴿**یَا وَهَّابُ**﴾ کی بدولت دولت دارین حاصل کی ہے۔ اسم مبارک کی دعوت کا طریقہ یہ ہے، کہ ہرنماز کے بعد ۴۶ بار مع شروع وآخر درود شریف کے پڑھا کریں اور اگر کوئی سخت مہم پیش آئے، تو آدھی رات کو اٹھ کر غسل کریں، اور پاک صاف کپڑے پہن کر حضور قلب سے دو رکعت پڑھیں، اور سر برہنہ ہوکر ۱۰۴۲ مرتبہ ﴿**یَا وَهَّابُ**﴾ پڑھیں۔ جب ۳۰۰ مرتبہ پڑھ چکیں، تو کھڑے ہوکر اللہ تعالیٰ سے حاجت طلب کریں۔ پھر بیٹھ کر پڑھنے لگیں۔ جب ۷۰۰ کے قریب پہنچیں، تو کھڑے ہوکر دعاء کریں اور اللہ سے اپنی حاجت برآری کی درخواست کریں۔ یہ عمل تین شب کریں۔ ان شاء اللہ مطلب پورا ہوجائے گا۔ دعوت کبیر کا طریقہ یہ ہے، کہ یہ اسم ۱۲۱۱۷ مرتبہ ایام معین میں پڑھیں۔ کسی دن ناغہ نہ ہو۔ مجرب عمل میں آنے کے بعد صاحب لفظ یعنی سیف زبان ہوجاؤ گے۔ چنانچہ جس مقصد کے لیے پڑھو گے، پورا ہوگا۔

دردسر: جس کے سر میں درد ہو، اس جگہ کو پکڑ کرے بار یہ دعا پڑھ کر دم کریں ﴿**بِالۡحَقِّ اَنۡزَلۡنٰهُ وَبِالۡحَقِّ نَزَلَ یَا بَلۡدُوۡحُ بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الۡحَیُّ الۡعَظِیۡمُ بِرَحۡمَتِکَ یَا اَرۡحَمَ الرّٰحِمِیۡنَ**﴾

دردشقیقہ: ۱۱ بار مندرجہ بالا دعا پڑھ کر دم کریں اور ۵ کیلیں اور ۷ تیلیاں جھاڑو کی سر پر چھو کر تیلیاں کنویں میں ڈال دیں اور کیلیں کنویں کی منڈیر پر ٹھونک دیں۔

ظالم سے نجات: یَارَءُوۡفُ 10 بار جو مظلوم کا کسی ظالم سے پیچھا چھڑانا چاہے، پڑھے پھر اس ظالم سے بات کرے، وہ ظالم اس کی سفارش قبول کرے گا

ورزش بوڑھوں کے لیے مضر نہیں، مفید ہے

بڑھاپے میں ورزش کا سلسلہ شروع کرنے سے پہلے اپنا مکمل جسمانی معائنہ کرائیں تا کہ سب سے پہلے یہ کھوج لگالیا جائے کہ آپ قلب اور شریانوں کی تکلیف میں مبتلا تو نہیں ہیں۔ (انتخاب: یاسر اعجاز چٹھہ۔ سانگلہ ہل)

بوڑھوں کے لیے ورزش کو مضر قرار دینا منفی انداز فکر ہے۔ زیادہ عمر کے باوجود ہوش مندی سے کی جانے والی ورزشیں ان کے لیے بہت مفید ثابت ہوتی ہیں اور وہ امراض اور معذوریوں سے محفوظ زندگی گزار سکتے ہیں۔ یالے یونیورسٹی کے اسکول آف ہیلتھ کے ڈاکٹر تھامس گل اور ان کے رفیقان کار نے بڑی گہرائی کے ساتھ بوڑھوں کو جسمانی سرگرمی سے پہنچنے والے فائدوں اور نقصانات کی شہادتوں کا جائزہ لیا ہے۔ اس جائزے میں ۷۵ سال یا اس سے زیادہ عمر کے بوڑھوں کو شامل رکھا گیا ہے۔ اس میں مردنیِ عضلۂ قلب کے سلسلے میں جمع کی گئی معلومات خاص طور پر شامل تھیں۔ اس اک مقصد یہ دیکھنا تھا کہ ورزش سے قلب کے عضلات کے ناکارہ ہونے کے خدشات کس حد تک درست ہیں۔ اس جائزے کے بعد یہ ماہرین اس نتیجے پر پہنچے کہ ورزش سے مردنی عضلۂ قلب کے سلسلے میں جو کچھ بیان کیا گیا ہے وہ مبالغہ ہے۔ انہوں نے ہفتے میں تین دن سخت ورزش کے پروگرام کا جائزہ لیا۔

یونیورسٹی آف البرٹا میں ڈاکٹر جیمز شیپر وکی سرکردگی میں ذیابیطس کے بوڑھے مریضوں پر ورزش کے اثرات کا جائزہ بھی لیا گیا ہے جس سے ظاہر ہوا کہ ورزش کی وجہ سے اس مرض کو کنٹرول کرنے کے لیے انسولین کے استعمال کی ضرورت کم ہو جاتی ہے۔ اس سے پہلے دوائی سے خون میں شکر کی سطح کو کنٹرول کیا جاتا ہے، لیکن اب ماہرین کے مشورے پر معالجین ایسے مریضوں کو ورزش کے ذریعے سے شکر کنٹرول کرنے کو مشورہ دے رہے ہیں۔ اس سلسلے میں بعض کا خیال تھا کہ ورزش سے بوڑھے، قلب کی تکلیف میں مبتلا ہو سکتے ہیں، لیکن اب ورزش کی افادیت کو محسوس کرتے ہوئے یہ ضروری سمجھا جا رہا ہے کہ ایسے بوڑھے مریض ورزشی پروگرام اپنے معالج کے مشورے کے مطابق کر سکتے ہیں جو ان میں ورزش کرنے کی سکت کی جانچ کرنے کے بعد ورزش کی مقدار اور وقت متعین کر سکتے ہیں۔

اس احتیاط اور ٹیسٹ وغیرہ کے بعد انہیں معالج کے مشورے پر سختی سے عمل کرنا چاہیے۔ ورزش کے دباؤ کے ٹیسٹ کے بعد ورزش کرنے سے ان بوڑھے مریضوں کو خاص طور پر زیادہ فائدہ پہنچتا ہے کہ جن کے قلب کی تکلیف میں مبتلا ہونے کا اندیشہ رہتا ہے۔ اس اسٹریس ٹیسٹ کے بعد معالج ایسے مریضوں کو معتدل انداز میں ورزش کی اجازت دیتے ہیں۔ جو مریض شروع ہی سے کسی قسم کی ورزش کرنے کے بالکل عادی نہ رہے ہوں ان کے لیے ضروری ہے کہ بڑھاپے میں ورزش کا سلسلہ شروع کرنے سے پہلے اپنا مکمل جسمانی معائنہ کرائیں تا کہ سب سے پہلے یہ کھوج لگالیا جائے کہ وہ قلب اور شریانوں کی تکلیف میں مبتلا تو نہیں ہیں۔ اس کے بعد انہیں اپنے معالج کی نگرانی میں ورزشی پروگرام شروع کرنا چاہیے۔ کم از کم ایک دفعہ معالج کے لیے بھی ضروری ہے کہ وہ اپنی نگرانی میں ایسے بوڑھوں سے ورزش کرائے۔ اس احتیاط اور نگرانی کی موجودگی میں کی جانے والی ورزشیں انہیں دھیرے دھیرے صحت مند اور توانا بنا دیں گی۔

امریکہ کا ویزا مل گیا

میں آپ کے پاس اگست میں آیا تھا آپ نے مجھے وظیفہ درودِ شفاء کا دیا اور کہا ایک لاکھ 25 ہزار دفعہ ختم کر کے آ دمیں وہ وظیفہ 40 دن کے اندر ختم نہ کر سکا۔ درود شفاء یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَائِھَا وَ عَافِیَۃِ الْاَبْدَانِ وَ شِفَائِھَاوَ نُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِیَائِھَاوَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَسَلِّمْ"

لیکن ستمبر میں آپ کے پاس آیا اور پھر آپ نے مجھے دو نفل پڑھنے کا بتایا جو مجھے صبح اور شام پڑھنے تھے۔ دو دن بعد ہی مجھے امریکہ سے ابو کے BOSS نے کہا کہ میں تمہارا یہاں امریکہ آنے کے لیے Fees جمع کرا دیتا ہوں جو میرے ابو کے پاس نہیں تھی۔ اللہ تعالیٰ نے ان کے دل میں رحم ڈالا اور وہ میرا وسیلہ بن گئے اور انہوں نے مجھے 110,000 روپے ماہانہ کی ملازمت بھی دے دی کہ جب تک نہیں آتے یہ کرتے رہو۔ میں نے آپ کا دیا ہوا نفل کا وظیفہ 21 بار دو دفعہ ختم کر لیا ہے لیکن درودِ شفاء ابھی تک پورا نہیں کر سکا۔ پڑھ رہا ہوں یہ سب کچھ ان اعمال کی وجہ سے ہوا۔

(تحریر: زوہیب اعجاز۔ واپڈا ٹاؤن لاہور)

مجذوبی مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصراً اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

غلام علی، کراچی۔ احسان اللہ سرور، گجرات۔ عبدالکریم، کراچی۔ مظفر حسین، چیچہ وطنی۔ فقیر اللہ خاں، کوئٹہ۔ ڈاکٹر وزیر احمد، خضدار۔ مظفر، تلمبہ۔ ڈاکٹر محمد کامران قادری، سرگودھا۔ محمد رمضان، جھنگ۔ طارق محمود، بحرین۔ محمد عرفان، کلکتہ۔ شکیل انور، دہلی۔ قادر بخش تبسم، حیدر آباد۔ محمد عثمان، ڈنمارک۔ پروفیسر شہزاد کامران، امریکہ۔ کلثوم اختر، سیالکوٹ۔ محمد زعم، اسلام آباد۔ محمد عابد حسین، کراچی۔ محمد اشرف، سرگودھا۔ مخدوم سید محمد مٹھا شاہ صاحب۔ عمر دراز، کبیر والا۔ عذرا یاسمین، کوئٹہ۔ طارق جاوید بٹ، لاہور۔ محمد اکمل۔ شاہ جہاں، پشاور۔ غلام مجتبیٰ، کراچی۔ ملک عبدالرحیم، پشاور۔ اشتیاق احمد، سکھر۔ عاشق حسین، چکوال۔ اعجاز احمد شیخ۔ پروفیسر عبدالغفار درانی، کراچی۔ عمران خان، سیالکوٹ۔ قرۃ العین، لاہور۔ محمد جمیل عطاری، فیصل آباد۔ بابو محمد لطیف، رائے ونڈ۔ سلمان، اٹک۔ سیما، بلال گنج لاہور۔ ہمشیرہ شعیب۔ ثنا قیوم، راولپنڈی۔ عبدالحفیظ، گاؤں موسیٰ۔ مزمل عمران، میاں چنوں۔ حاجی عبدالحمیدہ، کوئٹہ ٹی سٹور۔ حکیم عبدالعزیز چغتائی، ڈڈھیال۔ محمد اشرف، میر پور۔ شکیلہ رانا، کراچی۔ عبدالقدیر، پشاور۔ آفتاب انجم، مغل پورہ لاہور۔ قمر، اوسکو۔ فاطمہ زینب، ضیم عباس۔ نجمہ۔ زاہد حسین۔ نرگس خاتون، گجرات۔ سحر اعظم، ملتان۔ اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکے۔

قارئین کی قیمتی رائے

قارئین اپنی قیمتی آراء ہمیں ضرور ارسال کریں، تا کہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوقِ خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جا سکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں۔ Ubqari@hotmail.com

ڈاڑھ کا درد: ڈاڑھ میں درد ہو تو سرسوں کے تیل میں نمک ملا کر سوتے وقت ڈاڑھ میں لگائیں۔ یہ بہت مفید ہے

لمحوں کی صُحبت، ولایت کا دروازہ

''جب کوئی چیز آئے گی تو ہم تجھے دے دیں گے ہم نہیں چاہتے کہ آپ ہمارے گھر سے خالی ہاتھ جاؤ'' چور نے جب یہ آواز سنی تو گھبرا سا گیا۔ پھر چور سوچنے لگا کہ مکان کے مالک کو میرا پتہ چل گیا ہے (تحریر: زوبیہ بشیر)

حضرت احمد خضرویہؒ ایران کے شہر خراسان کے رہنے والے تھے اور اپنے وقت کے ولی تھے۔ ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ ایک چور انکے گھر میں گھس آیا۔ وہ بڑی دیر تک ادھر ادھر پھر کر گھر کی تلاشی لیتا رہا لیکن اسے کوئی چیز نہ ملی۔ حضرت احمدؒ جاگ رہے تھے وہ چپ چاپ چور کو اپنے مکان میں پھرتے دیکھتے رہے مگر زبان سے کچھ نہ کہا۔ جب وہ چور ناامید ہو کر جانے لگا تو انہوں نے اسے آواز دی: ''اے نوجوان، ڈول اٹھا اور کنوئیں سے پانی نکال پھر وضو کر کے نماز پڑھ۔ جب کوئی چیز آئے گی تو ہم تجھے دے دیں گے ہم نہیں چاہتے کہ تم ہمارے گھر سے خالی ہاتھ جاؤ'' چور نے جب یہ آواز سنی تو گھبرا سا گیا۔ پھر سوچنے لگا کہ مکان کے مالک کو میرا پتہ چل ہی گیا ہے۔ مجھے اس کا کہا مان لینا چاہیے۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ میرے انکار کرنے پر وہ مجھے پکڑ کر کوتوال کے حوالے کر دے۔ یہ سوچ کر اس نے ڈول اٹھایا، کنوئیں سے پانی نکال کر وضو کیا اور پھر نماز پڑھنے لگا۔ صبح ہوئی ایک شخص حضرت احمدؒ کی خدمت میں حاضر ہوا اور ایک سو دینار پیش کیے۔ حضرت احمدؒ نے چور کو اپنے پاس بلایا اور اُسے وہ دینار دے کر کہا: ''اے نوجوان یہ لے یہ تیری ایک رات کی نماز کا بدلہ ہے۔ یہ سن کر چور کا سارا جسم کانپنے لگا اور آنکھوں سے آنسو جاری ہو گئے۔ وہ روتے ہوئے کہنے لگا۔ ''افسوس کہ اب تک میں غلط راستے پر چلتا رہا اور برے کام کرتا رہا۔ میں نے صرف ایک رات اللہ کی عبادت کی اور اس نے میرے حال پر ایسا کرم کیا کہ ایک سو دینار بھجوا دیئے۔ اگر ساری زندگی اس کے بتائے ہوئے راستے پر چلوں تو نہ معلوم وہ میرے حال پر کیسی کیسی مہربانی کرے'' یہ کہہ کر اس نے اسی وقت برے کاموں سے توبہ کر لی اور حضرت احمدؒ کے مریدوں میں شامل ہو کر دن رات اللہ کی عبادت کرنے لگا۔

ماں کی خدمت

حضرت بایزید بسطامیؒ اللہ کے کامل ولی تھے۔ آپ اپنی والدہ کی خدمت کو سب سے بڑی عبادت اور انکی رضامندی کو دنیا میں سب سے بڑی نعمت جانتے تھے۔ ایک رات والدہ نے ان سے پانی مانگا۔ حضرت پیالہ لیکر پانی لینے گئے صراحی کو دیکھا تو وہ خالی پڑی تھی کسی اور برتن میں بھی پانی نہیں تھا۔ یہ دیکھ کر آپ دریا کی طرف چل دیئے۔ اس رات سخت سردی پڑ رہی تھی۔ جب آپ دریا سے پانی لیکر آئے تو والدہ سو چکی تھیں۔ حضرت بایزید بسطامیؒ پانی کا بھرا پیالہ لیکر والدہ کی پائنتی کی طرف کھڑے ہو گئے۔ سردی کی وجہ سے آپ کو سخت تکلیف محسوس ہو رہی تھی مگر آپ نے اپنی تکلیف کا کچھ خیال نہ کیا اور پانی کا پیالہ لیکر چپ چاپ کھڑے رہے کچھ دیر بعد والدہ کی آنکھ کھلی تو انہوں نے دیکھا کہ آپ پیالہ لیے کھڑے ہیں والدہ نے اٹھ کر پانی پیا اور کہنے لگیں بیٹے تم نے اتنی تکلیف کیوں اٹھائی پانی کا پیالہ میرے بستر کے قریب رکھ دیتے میں خود اٹھ کر پی لیتی۔ حضرت بایزید بسطامیؒ نے جواب دیا آپ نے مجھ سے پانی مانگا تھا مجھے اس بات کا ڈر تھا کہ آپ کی آنکھ کھلے اور میں آپ کے سامنے حاضر نہ ہوں۔ والدہ یہ سن کر خوش ہوئیں اور انہیں دعائیں دینے لگیں۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل وکتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل وکتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل وکتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

جمادی الاخری میں لاکھوں نیکیوں کا حصول

چار رکعت نفل پڑھیں کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تیرہ مرتبہ پڑھیں، تو ایک لاکھ نیکیاں اعمال میں لکھی جاتی ہیں

یہ مہینہ اسلامی سال کا چھٹا مہینہ ہے اس کے نام کی وجہ تسمیہ یہ بیان کی جاتی ہے کہ اس وقت پانی جمنے والے موسم کی آخری تھی اس لیے اس کا نام جمادی الاخریٰ پڑ گیا جسے بعد ازاں جمادی الثانیہ کہا جانے لگا۔ عجائب المخلوقات میں لکھا ہے کہ اس مہینہ کی پہلی تاریخ کو رسول خدا ﷺ پر پہلی مرتبہ سیدنا حضرت جبرائیل علیہ السلام نازل ہوئے تھے اور اسی ماہ کی ۲۲ تاریخ ۱۳ھ کو حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ تختِ خلافت پر بیٹھے تھے اور اسی ماہ کی بیسویں تاریخ کو خاتونِ جنت سیدہ حضرت فاطمۃ الزہراءؓ کی ولادت مبارکہ ہوئی تھی۔ اس ماہ کی نفلی عبادات کا طریقہ حسب ذیل ہے:

چار رکعت نوافل: اس مہینہ کی اول تاریخ میں چار رکعت ادا کرے ہر رکعت میں سورۂ اخلاص تیرہ مرتبہ پڑھے، تو ایک لاکھ نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ایک لاکھ برائیاں دور کی جاتی ہیں۔ (فضائل شہور)

بارہ رکعت نوافل: کتاب فضائل الشہور میں حضرت اخطب بن حسانؒ سے روایت ہے کہ حضرت ابوبکر صدیقؓ اس مہینہ کی شب اول میں بارہ رکعت نماز نفل ادا کیا کرتے تھے۔ اس نماز کے لیے کوئی سورہ خاص نہیں اور اکثر اصحابؓ نے بھی اس پر اتفاق کیا ہے۔

بیس رکعت نوافل: جمادی الثانیہ کی اکیس شب سے آخری تاریخ تک روزانہ ہر شب کو بعد نماز عشاء بیس رکعت نماز دس سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص ایک ایک بار پڑھے۔ اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو حرمت رجب المرجب کا ثواب عطا کرے گا اس نماز کا مقصد یہ ہے کہ ماہ رجب کے مبارک مہینہ کا استقبال عبادت الٰہی سے کیا جائے۔ اس لیے اس نماز کی فضیلت ہے۔

راہ ہدایت پر استقامت کا وظیفہ: بزرگوں کا کہنا ہے کہ راہ ہدایت پر استقامت کے لیے یہ وظیفہ بہت مؤثر ہے لہٰذا جو شخص جمادی الثانیہ کی پہلی تاریخ سے آخری تاریخ تک روزانہ اس وظیفہ کو ۳۱۳ بار پڑھے گا اسے راہ ہدایت پر استقامت نصیب ہو جائے گی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر دیکھیں)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

بعض اوقات ہم اپنے خیالات اور خواہشات کو بھی دوسروں کی طرف منسوب کر دیتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کا اپنے شوہر کے بارے میں شبہ بالکل بے بنیاد ہو۔ کاروباری مصروفیت بھی بعض اوقات مردوں کو گھر سے طویل غیر حاضری پر مجبور کر دیتی ہے

حد سے زائد لاڈ پیار

میرے منجھلے بھائی کو بچپن میں گردے کی تکلیف تھی، اس بیماری نے اسے سب کا لاڈلا بنا رکھا تھا، اس کی ہر جائز و ناجائز خواہش فوراً پوری کی جاتی۔ پانچویں جماعت تک اسے پڑھائی کا بے حد شوق رہا، اپنی جماعت میں ہمیشہ اول آتا۔ لیکن چھٹی میں جب اسے نئے اسکول میں داخل کرایا گیا تو اس کی تعلیم سے ساری دلچسپی جاتی رہی بہت کم نمبروں سے پاس ہوتا، ایک آدھ بار فیل بھی ہوا۔ اس وقت نویں جماعت میں ہے۔ اسکول سے غیر حاضر رہتا ہے، گھر میں بھی اپنی کتابوں کو ہاتھ نہیں لگاتا، ساری دلچسپی جیپ اور کاروں تک محدود ہے۔ گھر سے کار چرا کر لے جاتا ہے۔ دوست، احباب اور رشتہ داروں نے اس کا نام ''بہرام ڈاکو'' رکھ دیا ہے کہ وہ ہر قسم کی کار اور جیپ کو چابی کے بغیر، تار وغیرہ سے چلا کر لے اُڑتا ہے۔ کئی بار ایکسیڈنٹ کر چکا ہے۔ جہاں پڑول ختم ہو جائے، کار وہیں چھوڑ کر واپس آ جاتا ہے۔ والد صاحب، چچا اور بڑے بھائی نے کئی مرتبہ اسے مارا پیٹا، ڈرایا، دھمکایا، لیکن اس پر ذرا اثر نہیں ہوتا۔ ڈر ہے والد صاحب کسی روز غصے میں آکر اسے جائداد سے عاق ہی نہ کر دیں۔ گھر میں اس کی کسی سے نہیں بنتی، بہنیں بھی اسے بد دعائیں دیتی رہتی ہیں اور وہ ان سے لڑتا جھگڑتا رہتا ہے۔ نوکروں کو بھی پیٹنے سے باز نہیں آتا۔ گھر سے باہر خوش رہتا ہے اور ہر ایک سے اچھی طرح پیش آتا ہے، خدارا کوئی ایسا حل بتائیں کہ میرے بھائی کے سر سے جیپ اور کاریں چلانے کا جنون اُتر جائے اور وہ اپنی پڑھائی میں دل چسپی لینے لگے۔ (خولہ۔ نواں شہر، ہزارہ)

جواب: آپ اپنے بھائی کے کار چلانے کے شوق کو کسی طرح مکمل طور پر پورا کریں۔ اسے دو چار روز کے لیے کسی کے ساتھ کار پر لمبے سفر پر بھیج دیں۔ اس کا کار چلانے کا شوق پورا ہو جائے۔ ہر شوق کی شدت اس کے پورا ہو جانے کے بعد کم ہو جاتی ہے۔ اسے عاق کرنے یا گولی سے مار دینے کی دھمکی نہ دیں۔ ''بہرام ڈاکو'' ہرگز نہ کہیں۔ اگر وہ گھر سے باہر غریبوں کی مدد کرتا ہے اور لوگوں کے ساتھ اچھی طرح پیش آتا ہے لیکن گھر میں ہر ایک سے لڑتا جھگڑتا ہے تو اس کے علاوہ تھوڑا سا قصور ''گھر'' کا بھی ہے۔ اگر اس کا والد، چچا اور بڑا بھائی ہر وقت اسے مارتے پیٹتے رہیں، اور ہر وقت اس کی بہنیں بد دعائیں دیتی رہیں، تو اس کا یہی حال ہوگا۔ آپ اسے محبت اور نرمی سے راہ راست پر لانے کی کوشش کریں۔

شکوک و شبہات

میری شادی ہوئی تو میرے شوہر ایک ٹرک ڈرائیور تھے۔ بڑی تنگی ترشی سے دن بسر ہوتے۔ کچھ رقم پس انداز کر کے انہوں نے ایک ٹرک میں حصہ ڈال لیا۔ خدا نے برکت دی تو رفتہ رفتہ روزی میں کشادگی کے اسباب پیدا ہونے لگے اور انہوں نے اپنے دو ٹرک خرید لیے۔ گھر میں خوشحالی آئی تو اچانک ان کا رویہ بدلنے لگا۔ نہ جانے انہیں کیوں ایک دم اپنے بچوں اور مجھ سے نفرت ہوگئی۔ راتوں کو اکثر دیر سے چوروں کی طرح جوتے بغل میں دبائے آتے اور چپکے سے سو جاتے۔ میں سب کچھ دیکھنے پر بھی خاموشی سے کڑھتی رہتی زبان سے کبھی شکایت نہ کی۔ سوچتی یہ کشیدگی کہیں اور نہ بڑھ جائے۔ ایک دو بار پوچھا بھی تو بڑی خوبصورتی سے ٹال گئے۔ پھر مجھے خبر ملی کہ وہ اپنے ایک کنڈیکٹر کے ساتھ رنگ رلیاں مناتے ہیں اور وہ ان کا ہم نوالہ، ہم پیالہ ہے۔ خرچ کا عجیب حال ہے، مجھے کوڑی کوڑی کا محتاج بنا رکھا ہے، قسطوں میں خرچ دیتے ہیں۔ حالانکہ اب بسیں بھی خرید لی ہیں۔ ان کی بے رخی سے تنگ آکر سوچتی ہوں سب کچھ چھوڑ چھاڑ کر کہیں دور نکل جاؤں، مگر چھوٹے بچوں کے خیال سے سارے ارادے اور منصوبے خاک میں مل جاتے ہیں۔ رو رو کر آنکھوں میں آنسو خشک ہو گئے ہیں، خدا میرے حال پر رحم کرے، کہاں جاؤں، کیا کروں؟ (ک۔ خ۔ اوکاڑہ)

جواب: خوشگوار ازدواجی تعلقات بسا اوقات شکوک و شبہات کی وجہ سے خراب ہو جاتے ہیں۔ میاں بیوی کے لیے یہ لازم ہے کہ فریق ثانی سے متعلق کسی شبہے میں مبتلا ہونے سے پیشتر اس کی پوری تحقیق کر لے۔ بعض اوقات ہم اپنے خیالات اور خواہشات کو بھی دوسروں کی طرف منسوب کر دیتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کا اپنے شوہر کے بارے میں شبہ بالکل بے بنیاد ہو۔ کاروباری مصروفیت بھی بعض اوقات مردوں کو گھر سے طویل غیر حاضری پر مجبور کر دیتی ہے۔ لوگوں کے کہنے میں نہ آئیں اور حالات کا صحیح جائزہ لیں۔ گھر کے اخراجات کے ضمن میں آپ اپنے شوہر سے تعاون کریں۔ صبر اور سلیقے سے انہیں گھر اور بچوں میں دلچسپی لینے کی طرف راغب کریں۔

بچے کا ہر وقت رونا اور ضد کرنا

میرا چھوٹا بچہ ہر وقت روتا رہتا ہے، ذرا ذرا سی بات پر ضد کرتا ہے، تنگ آکر کبھی کبھی اسے پیٹ بھی ڈالتے ہیں۔ پٹنے کے بعد تھوڑی دیر کے لیے چپ ہو جاتا ہے۔ لیکن پھر دوبارہ رونا شروع کر دیتا ہے۔ کئی ڈاکٹروں کو دکھا چکا ہوں، سب کا یہی کہنا ہے اسے کوئی جسمانی بیماری نہیں۔ پیدا ہونے کے بعد چھٹے دن ہم نے اس کے ختنے کرا دیے تھے جس کی وجہ سے اسے بڑی تکلیف کا سامنا کرنا پڑا۔ پورے دو مہینے میں جا کر تندرست ہوا۔ اسی زمانے میں اُس نے راتوں کو اُٹھ کر رونا شروع کیا۔ ابتدا میں ہمارا خیال تھا، تکلیف کی وجہ سے روتا ہے، لیکن اب تین سال کا ہو چکا ہے اور حالت نہیں بدلی، سوتے میں سر ہلاتا رہتا ہے اور ہمیشہ والدہ کا دوپٹہ سر پر ڈال کر یا دونوں ہاتھوں سے مضبوطی کے ساتھ پکڑ کر سوتا ہے، دوپٹہ کھینچنے کی کوشش کریں، تو فوراً جاگ جاتا ہے اور رونا شروع کر دیتا ہے ہم سب بڑے پریشان ہیں لیکن اس کی عجیب و غریب بیماری کو کوئی علاج سمجھ میں نہیں آتا، خدارا ہماری مشکل حل ہو جائے۔ (عبداللطیف قریشی۔۔ بہاول پور)

جواب: اس عمر میں بچے اکثر روتے ہیں، یہ کوئی تشویش کی بات نہیں۔ مارنے سے بچے کی حالت سدھرنے کی بجائے مزید بگڑے گی۔ آپ بچے میں کھلونوں سے کھیلنے کی عادت پیدا کریں۔ اسی طرح اس کی ضد اور رونے میں کمی واقع ہوگی۔ منہ پر دوپٹہ اوڑھ کر سونے کا یہ مطلب ہے کہ بچہ اپنی ماں سے شدید محبت کرتا ہے اور اس کے ساتھ سونے کی خواہش رکھتا ہے اگر بچے کے ساتھ ماں باپ کی محبت میں کوئی کمی واقع ہوئی ہے، تو اس کی والدہ کو چاہیے کہ وہ اس کی تلافی کرے۔ بچپن میں ختنے کا، بچے کی حالیہ ضد اور اس کے رونے سے کوئی تعلق نہیں۔

معصوم اور ڈرپوک ✹ قرض ذہنی دباؤ کا باعث ✹ قوتِ برداشت کا خاتمہ ✹ مایوسی کا شکار ✹ احساسات کے اثرات

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

معصوم اور ڈرپوک

(ارم خان۔۔۔لاہور)

بی ایس سی کی طالبہ ہوں، مجھے اپنی کم مائیگی کا احساس رہتا ہے۔ کالج میں کسی سے بات کرتی ہوں تو الفاظ بخوبی منہ سے نہیں نکلتے۔ کالج کی لڑکیوں کو دیکھ کر یوں لگتا ہے جیسے مجھ میں کوئی خوبی نہیں اور ساری لڑکیاں مجھ سے بہتر اور اچھی ہیں۔ اپنے اوپر اعتماد ختم ہوتا جا رہا ہے۔ لوگ مجھے معصوم اور ڈرپوک کہتے ہیں۔ میرا دل پڑھائی سے ہٹتا جا رہا ہے کبھی یوں لگتا ہے کہ اللہ اور رسول ﷺ اور والدین کی محبت میرے اندر سے کم ہوتی جا رہی ہے۔ ان تمام باتوں نے میری زندگی کو تلخ بنا دیا ہے۔

جواب: آپ کے اندر کم مائیگی کا احساس درست نہیں ہے یعنی اس کی حقیقت، خیال کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔ رات کو سونے سے پہلے ایک سو ایک بار **یا اللہ یا کریم** پڑھ کر اپنے ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ کم از کم چار ماہ تک یہ عمل کریں۔

استقامت

(جمشید۔۔۔ہری پور)

ہمارے گھر والے جس کام کو کرتے ہیں، اس میں نقصان کا سامنا کرنا پڑتا ہے، نتیجے میں قرض بڑھ رہا ہے اور اس کی ادائیگی کی صورت نہیں بنتی، ہر کام کو پوری ایمانداری اور نیک نیتی سے کرتے ہیں لیکن ہمارے معاشرے میں رائج اقدار کی وجہ سے ناکامی و مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ معاشرے میں سفارش، رشوت اور اقرباء پروری کا رواج راہ میں رکاوٹ بنتا ہے، ہم نے دو لاکھ بار آیت کریمہ کا بھی ورد کیا ہے اور اب دوبارہ اسی کا ورد کرنے کا ارادہ کر رہے ہیں۔ مشکلات کے ازالے اور قرض سے نجات کے لیے ہمیں کوئی دعا بطور ورد تلقین کریں۔

جواب: پوری محنت اور کوشش کے ساتھ کام جاری رکھیں اور استقامت سے کام لیں، اللہ تعالیٰ استقامت کو پسند کرتے ہیں اور ضرور کسی نہ کسی طرح اس کا صلہ عطا فرماتے ہیں، آپ کے گھر والے روزانہ رات کو گیارہ بار آیت الکرسی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں اور فضل و کرم طلب کیا کریں، ان شاء اللہ کسی نہ کسی شکل میں آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔

طرزِ فکر

(سمیرا گل۔۔۔اٹک)

ہمارے گھر میں صرف چار افراد ہیں اور گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔ معاشی حالات تو اچھے ہیں لیکن یہ کہنا صحیح ہوگا کہ برکت ختم ہوگئی ہے۔ کوئی بات شروع ہو، اختلاف اور لڑائی پر جا کر ختم ہوتی ہے۔ والدہ کا حال یہ ہے کہ نماز کے علاوہ تہجد کے نوافل بھی پڑھتی ہوں اور تلاوت بھی روزانہ کرتی ہوں۔ لیکن لڑائی میں ان کا کردار سب سے زیادہ ہوتا ہے، کوئی ایسا وظیفہ بتا دیں کہ برکت ہو جائے اور ایسی دعا یا اسم بتا دیں کہ جسے ہم گھر میں آویزاں کر دیں اور لوگ پڑھ لیا کریں۔

جواب: عبادت اور اوراد کے ساتھ طرز فکر بھی منسلک ہوتی ہے اور فکر سے ہی نتائج سامنے آتے ہیں، جب تک آدمی کسی نہ کسی طور پر اپنا ارادہ شامل نہ کرے طرز فکر میں پیچیدگی سے ہی اختلافات اور لڑائی جھگڑے جنم لیتے ہیں۔ آپ کسی عمدہ کاغذ پر "**بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ ۔ يَا حَفِيۡظُ ، يَا حَفِيۡظُ، يَا حَفِيۡظُ، يَا بَدِيۡعُ، يَا بَدِيۡعُ ، يَا بَدِيۡعُ ، يَا بَدِيۡعَ الۡعَجَائِبِ بِالۡخَيۡرِ يَا بَدِيۡعُ**" خوشخط لکھوا کر کسی ایسی جگہ پر آویزاں کر دیں یا کسی مناسب جگہ، چوکھٹ پر پنوں سے لگا دیں جہاں سب گھر والوں کی نگاہ پڑتی ہو اور سب گھر والے بھی اس نقش کو آتے جاتے دیکھا کریں اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اپنا فضل و کرم فرمائیں۔

قرض ذہنی دباؤ کا باعث

(زمان منیر۔سمندری)

میرے والد پریشانیوں میں گھرے ہوئے ہیں۔ والد اور چچا کا مشترکہ کاروبار ہے جس میں روز بروز نقصان کا سامنا ہے اسی لیے والد اور چچا میں بالکل نہیں بنتی۔ کبھی اتنی لڑائی ہو جاتی ہے کہ بات مرنے مارنے تک پہنچ جاتی ہے اور کبھی حال یہ ہو جاتا ہے کہ دونوں میں خوب نبھنے لگتی ہے۔ والد صاحب پر قرض زیادہ ہو گیا ہے اور یہ بات ان کے لیے بہت ذہنی دباؤ کا باعث بن گئی ہے۔ والد صاحب کے لیے کوئی اسم یا دعا ورد کے لیے بتا دیں کہ اللہ تعالیٰ ان کو مسائل سے نکال دے۔

جواب: والد صاحب سے کہیں کہ وہ روزانہ آیت الکرسی گیارہ بار نماز عشاء کے بعد کسی بھی وقت پڑھ لیا کریں کاروباری معاملات میں دیانت اور اخلاق کو ہمیشہ مدنظر رکھیں۔

کسی پر جبر کرنا منع ہے

(صدف، حیدرآباد)

میرے والد کو دو بار فالج اور ایک بار دل کو دورہ پڑ چکا ہے سب لوگ انہیں سمجھاتے ہیں کہ نماز شروع کرو، کلمے کا ورد کیا کرو لیکن وہ نہیں مانتے، صرف عید کی نماز ادا کرتے ہیں۔ ہمارے کہنے پر وہ کہتے ہیں کہ کل سے یہ باتیں شروع کروں گا لیکن کل نہیں کرتے، اس وجہ سے اکثر امی ابو کی لڑائی ہوتی ہے۔ والد کے مزاج کو بدلنے کے لیے کوئی دعا بتا دیں۔ میں جس لڑکے سے شادی کی خواہش مند ہوں وہ برسر روزگار ہے، میرے گھر والے بھی انکار نہیں کریں گے، پھر بھی نہ جانے وہ لڑکا اور اس کے گھر والے ہمارے یہاں نہیں آتے، لڑکے کی مرضی نہ جانے کیا ہے۔ جلد شادی کے لیے کوئی وظیفہ بتا دیں۔

جواب: قانونِ قدرت کے مطابق کسی پر جبر کرنا منع ہے۔

اس قانون کی روشنی میں آپ اپنی والدہ سے کہیں کہ وہ والد سے الجھنا ترک کر دیں اس سے والد کی طبیعت مزید خراب ہو گی۔ آپ یا والدہ صبح کے وقت اکیس بار "الٓر o تِلْکَ آیَاتُ الْکِتَابِ الْمُبِیْنِ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَا اللّٰہُ یَا حَفِیْظُ" پانی پر دم کر کے والد کو پلایا کریں۔ آپ نے اپنی شادی کے حوالے سے جو مسئلہ تحریر کیا ہے وہ پوری طرح واضح نہیں ہے کہ اصل مسئلہ کیا ہے۔ اگر مسئلے کے الفاظ کو اسی طرح سمجھا جائے تو بات واضح ہے کہ لڑکے کے گھر والے آپ کے ہاں اس لیے نہیں آ رہے کہ وہ آنا نہیں چاہتے، اگر آپ لڑکے کی مرضی نہیں جانتیں تو صاف ظاہر ہے کہ لڑکا بھی دلچسپی نہیں رکھتا۔ اس حوالے سے کسی وظیفے کا پڑھنا ہمارے نزدیک سود مند نہیں ہے۔

اعصابی کمزوری اور مرگی

(عبدالوحید۔۔۔لاہور)

میرے بھائی کی عمر تیس سال ہے۔ گزشتہ چار سال سے انہیں دورے پڑتے ہیں تشخیص سے یہ پتہ چلا ہے کہ انہیں ذہنی دباؤ ہے، کچھ لوگ کہتے ہیں کہ انہیں مرگی ہے۔ لوگ کہتے ہیں کہ ان کی شادی کر دی جائے تو ٹھیک ہو جائیں گے لیکن ان کا رشتہ نہیں طے ہوتا۔ بھائی کو دورہ ہمیشہ دن کے وقت پڑتا ہے۔ ایک دورے کے چند گھنٹوں بعد دوبارہ دورے کی کیفیات پیدا ہو جاتی ہیں۔ چہرے کے نقوش بدل جاتے ہیں۔ آنکھیں اوپر کو چڑھ جاتی ہیں۔ ہاتھ پیر مڑ جاتے ہیں، چہرے کا رنگ سیاہی مائل ہو جاتا ہے۔ جسم کو جھٹکے لگتے ہیں اور پھر دائیں طرف گر جاتے ہیں۔ منہ سے جھاگ نکلنے لگتا ہے۔ سر میں درد کی شکایت کرتے ہیں، پھر سو جاتے ہیں۔ سونے کے بعد اٹھتے ہیں تو تے ہو جاتی ہے۔ ہوش میں آنے کے بعد پوچھتے ہیں کہ مجھے کیا ہوا تھا۔ دورہ اچانک پڑتا ہے اور وہ جہاں کہیں ہوں زمین پر گر جاتے ہیں۔

جواب: یہ بات ظاہر ہے کہ بھائی اعصابی مریض ہیں اور زیادہ امکان مرگی کا ہے۔ آپ کا خط ظاہر کرتا ہے کہ صحیح تشخیص یا علاج کی طرف زیادہ توجہ نہیں دی گئی ہے۔ آپ کسی ماہر اعصاب و دماغ سے مشورہ کریں اور پھر علاج پر سنجیدگی سے توجہ دیں۔ اس موقع پر ان کی شادی کا خیال ذہن سے نکال دیں۔ علاج اور احتیاط کے ساتھ یہ عمل کریں کہ روزانہ رات کو کسی وقت کوئی فرد با وضو ہو کر ایک بار 'یا ودود' پڑھ کر ان کے سر پر دم کر کے ہاتھ سر سے لیکر پورے چہرے پر پھیر دیا کریں اس عمل کو عرصہ تک جاری رکھیں۔

قوتِ برداشت

(رائے کاشف رضا۔ قصور)

میری عمر اٹھارہ سال ہے میں گھر کے تمام امور کو خوشدلی اور دل جمعی سے نمٹاتا ہوں اور محنت سے قطعی نہیں گھبراتا، میرا ایک ماہ سے حال یہ ہے کہ ذرا سا چلتا ہوں تو ٹانگیں کانپنے لگتی ہیں اور سانس کھینچ کر لینا پڑتا ہے، ذرا سا کام ایک بوجھ محسوس ہوتا ہے، دل چاہتا ہے کہ لیٹا رہوں، ذرا سی بات پر غصے میں آ کر زور زور سے باتیں کرنے لگتا ہوں، برداشت ختم ہوتی جا رہی ہے اور طبیعت میں غصہ آتا جا رہا ہے۔

جواب: جسم میں بعض کیمیاوی تبدیلیوں کی وجہ سے احساسات بدل جاتے ہیں جسے عرف عام میں کمزوری بھی کہتے ہیں۔ بعض کام کرنے پر آپ کمزوری بھی محسوس کرتے ہوں گے۔ آپ کسی اچھے معالج سے مشورہ کر لیں روزانہ صبح پانی پر اکیس بار "الٓر o تِلْکَ آیَاتُ الْکِتَابِ الْمُبِیْنِ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَا اللّٰہُ یَا حَفِیْظُ" پڑھ کر دم کر کے پیا کریں شام یا رات کو ایک بار سورۂ فلق پانی پر دم کر کے پیا کریں، انشاء اللہ جلد طبیعت میں بہتری محسوس کریں گے۔

احساسات کے اثرات

(فرح عدیل۔۔۔لاہور)

میرا ذہن واہموں اور وسوسوں سے بھر گیا ہے۔ دنیا کی سرگرمیاں عجیب و غریب محسوس ہوتی تھیں، بڑی مشکلوں سے اس کیفیت میں کمی ہوئی لیکن ان احساسات نے ذہن پر کافی اثرات چھوڑے ہیں۔ ایک نامعلوم بے چینی اندرونی طور پر محسوس کرتی ہوں، آپ مجھے نقطہ بینی کی اجازت اور طریقے سے آگاہ کر دیں۔ دوسرا مسئلہ میری بہن کا ہے، اس کی آنتوں اور گردوں پر ورم ہے، بہت علاج کرائے لیکن بیماری ختم نہیں ہوئی۔

جواب: آپ فی الوقت نقطہ بینی نہ کریں، علی الصباح ننگے پیر زمین پر کھڑی ہو جائیں اور "سورۂ فلق" ایک بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ سر سے لیکر پاؤں تک پھیر لیں، اس طرح پانچ بار کیا جائے، رات سونے سے پہلے "اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ" گیارہ بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ سر اور پورے چہرے پر پھیر لیں اس طرح تین بار کریں۔ بہن کے مسئلے میں عرض ہے کہ باوضو ہو کر گردوں اور آنتوں کے مقام پر اسم ذات اللہ ایک بار پڑھ کر انگشت شہادت پر دم کر کے لکھ دیا کریں۔ (والدہ یہ عمل کرے)

مایوسی کا شکار

(محمد ادریس۔ کوٹ ادو)

میں آٹھ سال سے پریشانیوں اور مشکلات میں گرفتار ہوں۔ حالات خراب سے خراب تر ہوتے جا رہے ہیں اسی دوران میری ملازمت بھی چلی گئی۔ کسی کام میں کامیابی نہیں ہوئی۔ مایوسی کا شکار ہو گیا ہوں۔ کئی عمل اور وظیفے کیے لیکن بے اثر ثابت ہوئے۔ میرے حالات کی مناسبت سے کوئی مؤثر اسم تلقین فرمائیں۔

جواب: مایوسی سے بچیں کہ مایوسی انسان کو عمل اور کامیابی سے دور لے جاتی ہے۔ وظائف و اوراد کا پڑھنا اس لیے ہوتا ہے کہ انسان کو اللہ تعالیٰ کی کسی صفت سے فیض حاصل ہو اور اس کی قوت یقین اور عمل میں اضافہ ہو۔ چنانچہ انسان کو وظائف کے ساتھ ساتھ عمل سے کام لینا چاہیے اور کوشش ترک نہیں کرنی چاہیے۔ اس معاملے میں کسی مخصوص کام یا نوکری کو ذہن میں رکھنے کے بجائے حالات کے تحت جو کام ملے اسے شروع کر کے عمل کی ابتداء کریں۔ آپ کے لیے اللہ تعالیٰ کے اسم "یَا وَھَّابُ" کا ورد بابرکت ثابت ہو گا۔ روزانہ نماز عشاء یا نصف شب کے بعد تین سو بار پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔

پیپاٹائٹس کا مجرب علاج

نسخہ: (1) تخم کاسنی 2 چھٹانک (2) بیج کاسنی 2 چھٹانک (3) گل نیلوفر 2 چھٹانک (4) آلو بخارہ 4 چھٹانک (5) چھوٹی الائچی چند ایک (6) چینی ڈیڑھ کلو

تمام ادویات کو کوٹ کر 3 کلو پانی میں بھگو کر ابال لیں۔ جب پانی چوتھائی رہ جائے چینی ڈال کر شربت تیار کریں۔ 3 بڑے چمچ دن میں 4 بار استعمال کریں۔ ایک یا تین ماہ تک۔ یہ نسخہ ایک صاحب لوگوں کو بنا کر دیتے ہیں۔ بڑی مشکل سے نسخہ لیا ہے۔ یہ تجارتی راز ہے۔ عبقری کے قارئین کے لیے ارسال ہے۔ (مرسلہ: شاہد ارسلان۔ کراچی)

انجیر نے مجھے کان کے مسلسل آپریشن سے بچالیا

میرے کان کی بیماری دراصل موروثی ہے۔ میرے والد اور دادا سے چلی آرہی ہے۔ ہوش سنبھالتے ہی ناک، کان اور گلے کا ایک آپریشن ہوا۔

(تحریر: میاں عمران اعجاز۔ آصف بلاک اقبال ٹاؤن لاہور)

کان کے متعلق ایک معجزانہ علاج پیش خدمت ہے۔ میرے کان کا مسئلہ پیدائشی بلکہ موروثی تھا۔ یہ بیماری میرے والد اور دادا سے چلی آرہی ہے۔ ہوش سنبھالتے ہی ناک، کان اور گلے کا ایک آپریشن ہوا۔ مگر کچھ عرصہ تک تو ناک اور گلا ٹھیک رہا مگر کان بہنا شروع ہوگیا۔ پھر بس ہر وقت روئی جیب میں رکھتا یا میں روئی ڈھونڈتا رہتا تھا اور کانوں میں روئی دیتا رہتا تھا۔ دایاں (Right) کان ہی خراب تھا اور وہی ہمیشہ بہتا تھا۔ بعض دفعہ تو خود شرم آتی تھی کہ کیا کان سے ہر وقت پیپ نکلتی رہتی ہے اور بو بھی آتی ہے۔ پھر 8th کلاس کے بعد ایک آپریشن ہوا مگر کچھ عرصہ بعد پھر وہی حالت۔ بعد میں تو میں ایسا عادی ہوگیا تھا کہ اگر کوئی مجھے کہتا تھا کہ کچھ علاج کرالو تو میں یہی کہتا تھا کہ یہ مسئلہ تو ٹھیک نہیں ہوسکتا ہاں کچھ اور ہوا تو سوچوں گا۔ والدین علیحدہ پریشان رہتے تھے اور میرا کان تو ایسا تھا کہ جیسے اندر کسی نے پیپ کا پمپ لگایا ہوا ہے جو کبھی نہیں رکے گا۔ Masters کرنے کے بعد تک یہی حال رہا۔ آپ اندازہ نہیں کرسکتے کہ یہ عرصہ کیسے گزرا ہوگا۔ لکھنے اور ہونے کا فرق ہے۔ بعض دوست تو کہتے تھے کہ تمہاری تو اندر سے دماغ کی ہڈی بھی گل گئی ہوگی۔ لیکن میں ان باتوں کو سننے کا عادی ہو چکا تھا اس لیے مجھے فرق نہیں پڑتا تھا۔ ایک دفعہ والدہ ناراض ہوئیں کہ تم ڈاکٹر کو دکھاؤ میں چلا تو گیا مگر مجھے پتا تھا کہ کچھ نہیں ہونا ایک Specialist نے کہا کہ آپریشن ہوگا اور -/35,000 روپے کا خرچہ ہے مگر گارنٹی نہیں ڈاکٹر صاحب نے جو کہا وہ مجھے پہلے سے پتا تھا۔ پھر حکیم صاحب نے انجیر کا نسخہ بتایا کہ روزانہ رات کو 6 انجیر کے دانے آدھے آدھے کرکے 3 گلاس پانی نیم گرم کرکے رات کو بھگودیں۔ صبح نہار منہ سارا پانی بھی پی جائیں اور ساری انجیر بھی کھا جائیں۔ دیکھنے میں تو عجیب ہی لگتا تھا کہ انجیر کا کان سے کیا تعلق اور کان بھی وہ جو پچھلے 25 سالوں سے بہتا ہو۔ لیکن بہرحال میں نے خوب پختہ ارادہ کرلیا کہ بس اب یہی علاج کروں گا۔ اگرچہ "ماسٹر ان کمپیوٹر سائنس" والے شخص کا اپنے ذہن کو یہ سمجھانا مشکل تھا کہ انجیر سے کان ٹھیک ہوجائے گا۔ خیر میں نے روز کا عمل شروع کردیا۔ جب بھی حکیم صاحب سے ملتا تو یہی کہتا کہ فرق نہیں پڑ رہا مگر وہ یہی فرماتے کہ فرق پڑ جائے گا میں نے اتنی پابندی سے یہ نسخہ استعمال کیا کہ کھانا رہ جاتا تھا مگر انجیر والا عمل نہیں رہتا تھا۔ شاید 2 مہینے یہ عمل کیا ہوگا اور یہ دو ماہ شاید اسی لیے لگے کہ 25 سالہ پرانا مسئلہ تھا۔ مگر اس کے بعد تو بس یہی سوچتا ہوں کہ یہ معجزہ ہی ہے۔ انجیر کے عمل کو سال کو زیادہ ہوگیا ہے مگر مجال ہے کہ کان کبھی بہا ہو۔ ایسا خشک ہوا کہ جیسے کوئی مسئلہ تھا ہی نہیں۔ اب یہ صرف اللہ کی شفا ہے اور حکیم صاحب کی دعائیں۔ اللہ کا کرم ہے کہ یہ بیماری جڑ سے ختم ہوگئی۔ یہ کان کے متعلق میری آپ بیتی ہے مجھے تو اب جو بھی کان کا مسئلہ کہتا ہے تو میں اسے انجیر ہی بتاتا ہوں۔ لوگ تو یہ بھی کہتے ہیں کہ اتنے پڑھے لکھے ہوکر بھی کیا بات کہتے ہو مگر چونکہ میرا عملی ایک نمونہ ہے تو میں کسی کی نہیں سنتا۔

(بقیہ: بڑوں کا بچپن اور عظیم ماں)

وہ نیک بندہ بھی کہیں سفر پر جا رہا تھا۔ اس کو جا کر سلام کیا۔ اس نے وعلیکم السلام کہا۔ اس نے کہا مجھے تیرے کان میں ایک بات کہنی ہے۔ اس نے کہا کہو اس نے کان میں کہا میں ملک الموت ہوں۔ اس نے کہا بہت اچھا کہ آپ کا آنا بڑا مبارک ہے۔ ایسے شخص کا آنا جس کا فراق بہت طویل ہو گیا تھا۔ مجھ سے تو جتنے آدمی دور ہیں، ان میں سے کسی سے بھی ملاقات کا اتنا اشتیاق نہ تھا جتنا تمہاری ملاقات کا تھا۔ فرشتے نے کہا کہ تم جس کام کے لیے گھر سے نکلے ہو، اس کو جلدی پورا کرلو۔ اس نے کہا مجھے حق تعالیٰ شانہٗ سے ملنے سے زیادہ محبوب کوئی بھی کام نہیں ہے۔ فرشتے نے کہا کہ تم جس حالت پر مرنا اپنے لیے پسند کرتے ہو، میں اسی حالت میں جان قبض کروں گا۔ اس شخص نے کہا کہ تمہیں اس کا اختیار ہے؟ فرشتے نے کہا: مجھے یہی حکم دیا گیا ہے (کہ تمہاری خوشی کا اتباع کروں) اس شخص نے کہا: کہ اچھا تو مجھے وضو کرکے نماز پڑھنے دو اور جب میں سجدہ میں جاؤں تو میری روح قبض کرلینا۔ چنانچہ اس نے نماز شروع کی اور سجدہ میں اس کی روح قبض کی گئی۔ (مرسلہ: حافظ ریاض الحسن۔ ننکانہ)

دو آزمودہ ٹوٹکے عبقری کے قارئین کے لیے

شدید ترین خارش کے لیے گندھک میں سرسوں کا تیل ملا کر لگانے سے چند دنوں میں خارش کا خاتمہ ہوجاتا ہے۔ آدھی مقدار میں سرسوں کا تیل اور آدھی مقدار میں گندھک۔

ایک سے دو ماہ کے بچے کی ناف اگر باہر کو آئے اور کچی ہو تو اس پر صرف ایک دفعہ نمک چھڑکنے سے دو تین گھنٹے کے اندر وہ ناف غائب ہوجاتی ہے اور خشک ہوکر اندر کو چلی جاتی ہے۔

(مرسلہ: طاہرہ عزیز۔ گوجرانوالہ)

دنیا کی کمائی آخرت کا ثواب

اس ذات کی قسم جس نے مجھے حق دے کر بھیجا ہے، محمد ﷺ کے گھرانے کے کسی گھر میں ۳۰ دن سے آگ نہیں جلی

(تحریر: ابولبیب شاذلی)

حضرت محمد ﷺ کو حضرت جبرائیل علیہ السلام نے پانچ کلمات سکھائے پھر حضرت محمد ﷺ نے بھی پانچ کلمات حضرت فاطمہؓ کو سکھائے اور حضرت فاطمہؓ کے واسطے سے پوری امت کو ملے۔

حضرت سوید بن غفلہؒ کہتے ہیں کہ حضرت علیؓ پر ایک مرتبہ فاقہ آیا تو انہوں نے حضرت فاطمہؓ سے کہا اگر تم حضور ﷺ کی خدمت جا کر کچھ مانگ لو تو اچھا ہے۔ چنانچہ حضرت فاطمہؓ حضور ﷺ کے پاس گئیں، اس وقت حضور ﷺ کے پاس حضرت ام ایمنؓ موجود تھیں۔ حضرت فاطمہؓ نے دروازہ کھٹکھٹایا تو حضور ﷺ نے حضرت ام ایمنؓ سے فرمایا یہ کھٹکھٹاہٹ تو فاطمہؓ کی ہے آج اس وقت آئی ہے پہلے تو کبھی اس وقت نہیں آیا کرتی تھی پھر حضرت فاطمہؓ (اندر آگئیں اور انہوں) نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! ان فرشتوں کا کھانا **لَاۤ اِلٰـهَ اِلَّا اللّٰهُ ، سُبْحَانَ اللّٰه** اور **اَلْحَمْدُ لِلّٰه** کہنا ہے ہمارا کھانا کیا ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: اس ذات کی قسم جس نے مجھے حق دے کر بھیجا ہے، محمد ﷺ کے گھرانے کے کسی گھر میں ۳۰ دن سے آگ نہیں جلی، ہمارے پاس چند بکریاں آئی ہیں اگر تم چاہو تو پانچ بکریاں تمہیں دے دوں اور اگر چاہو تو تمہیں وہ پانچ کلمات سکھا دوں جو حضرت جبرائیل علیہ السلام نے مجھے سکھائے ہیں۔ حضرت فاطمہؓ نے عرض کیا نہیں بلکہ مجھے تو وہی کلمات سکھا دیں جو آپ کو حضرت جبرائیل نے سکھائے ہیں حضور ﷺ نے فرمایا کہ تم یہ کہا کرو۔ **يَا اَوَّلَ الْاَوَّلِيْنَ وَيَا آخِرَ الْاٰخِرِيْنَ وَيَا ذَاالْقُوَّةِ الْمَتِيْنِ وَيَا رَاحِمَ الْمَسَاكِيْنِ وَيَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِيْنَ.** پھر حضرت فاطمہؓ واپس چلی گئیں۔ جب حضرت علیؓ کے پاس پہنچیں تو حضرت علیؓ نے پوچھا کیا ہوا؟ حضرت فاطمہؓ نے کہا میں آپ ﷺ کے پاس سے دنیا لینے گئی تھی لیکن وہاں سے آخرت لیکر آئی ہوں، حضرت علیؓ نے کہا پھر تو یہ دن تمہارا سب سے بہترین دن ہے۔

(بحوالہ: حیاۃ الصحابہ جلد۳ صفحہ ۵۶)

سورۂ یسین کے آزمودہ کمالات و مشاہدات

اکتالیس مرتبہ سورۂ یسین شریف پڑھ کر رو رو کر ان دونوں قبائل کی صلح کے لیے دعا کی تمام ساتھی رو رہے تھے، دعا ختم ہونے پر فائرنگ بھی ختم ہوگئی مسجد نمازیوں سے بھر گئی بازار کھل گئے (پروفیسر، ڈاکٹر نور احمد نور۔فزیشن ملتان)

وضع حمل میں دشواری کے مشاہدات:

سورۂ یسین شریف کو اس موقعہ پر کئی بار آزمایا۔ چند سال قبل میری ایک عزیزہ وضع حمل کے لیے لیبر روم میں داخل ہوئی لیڈی ڈاکٹر نے بتایا کہ بچہ الٹا ہے اور تقریباً ۱۲ گھنٹے میں فراغت ہوگی، ابھی کافی دیر ہے۔ میں نے سورۂ یسین شریف پڑھ کر بی بی کو پلادی۔ تو آدھ گھنٹے میں بی بی فارغ ہوکر گھر چلی گئی۔ اس کے بعد لیڈی ڈاکٹر نے جب لیبر روم آنے کے لیے نرس کو فون کیا تو نرس نے بتایا کہ وہ بی بی تو فارغ ہوکر گھر بھی چلی گئی اور کوئی بھی دقت پیش نہیں آئی۔ یہ بات سن کر لیڈی ڈاکٹر نے مجھے فون کیا کہ یہ کیسے ہوا؟ میں نے اس کو سورۂ یسین شریف والی بات بتائی تو وہ محترمہ حیران رہ گئی۔

چند ماہ بعد اس طرح میری ایک عزیزہ کا وضع حمل ہونا تھا۔ لیڈی ڈاکٹر نے ۱۲ گھنٹے کا پروگرام بتایا مگر باری تعالیٰ نے سورۂ یسین شریف کی برکت سے بخیریت ایک گھنٹہ کے اندر اندر فارغ کردیا اور لیبر روم والے سارے حضرات حیران رہ گئے۔ میں نے ان کو سورۂ یسین شریف کی برکات بتائیں تو وہ بہت حیران ہوئے۔ اصل بات دین سے دوری ہے اللہ تعالیٰ ہمیں اپنے کلام کا یقین عطا فرمائے۔ آمین۔

مولانا محمد اسلم مرحوم نشتر کالج ملتان کے خطیب رہے ہیں۔ ایک دن ان کی زیارت کے لیے گیا تو وہاں ایک غریب آدمی بیٹھا رو رہا تھا اور مولانا مرحوم کو بتا رہا تھا کہ اس کی بیوی دو دن سے لیبر روم میں داخل ہے اس کا وضعِ حمل ہونا تھا، بچہ ٹیڑھا ہونے کی وجہ سے بہت دیر ہوگئی، اب ڈاکٹروں نے بڑا آپریشن تجویز کیا تھا علاج پر کافی رقم خرچ کر چکا تھا اور خون کی دو بوتلیں بھی فراہم کرنا تھیں۔ مولانا مرحوم نے تھوڑا سا پانی میرے سامنے منگوایا سورۂ یسین شریف پڑھی اور مریضہ کو پلانے کے لیے روانہ کردیا۔ اللہ کی شان یہ پانی پلانے کے فوراً بعد وضعِ حمل ہوگیا اور آپریشن کے تمام پروگرام ختم ہوگئے۔

دو قبائل میں صلح: تقریباً ۱۲ سال قبل بٹ گرام سے آگے گجبوڑی کے علاقے میں ایک دفعہ دعوت والوں کے ساتھ جانا ہوا۔ ہمارے امیر محکمہ حیوانات کے ڈائریکٹر تھے۔ گجبوڑی ایک بہت بڑا پہاڑ ہے جس کی مختلف بلندیوں پر پانچ شہر آباد ہیں اور ہر ایک کی علیحدہ مسجد ہے۔

جونہی ہم اس پہاڑ کے قریب ہوئے تو سب سے پہلے پولیس والوں سے ملاقات ہوئی۔ پولیس والے ہمیں دیکھ کر خوش ہوئے اور بتایا کہ یہاں ایک چشمہ پر جھگڑا چل رہا ہے پچھلے اٹھارہ دن سے دو قبائل میں جنگ جاری ہے، بیس آدمی مر چکے ہیں، لاکھوں روپے کا اسلحہ ضائع ہوچکا ہے۔ یہ خبر ہمارے لیے پریشان کن تھی۔ ہم نیچے والی مسجد میں داخل ہوئے عصر کا وقت تھا، نماز پڑھی اور اس کے بعد فائرنگ شروع ہوگئی اور اوپر پہاڑ والے نیچے والوں پر گولیاں برسا رہے تھے اور نیچے والے چھپ کر اوپر فائرنگ کررہے تھے جنگ کا سماں تھا۔ تمام دعوت والے روزے سے تھے مغرب کی اذان دی کوئی بھی مسجد میں نہ آیا۔ ہمارے کھانے پینے کو کچھ نہ تھا۔ کھجور کے ایک دانے سے افطاری کی، پانی نہ مل سکا۔

تھوڑی دیر کے بعد فائرنگ رک گئی بازار کھل گئے اور ہم نے اللہ کا شکر ادا کیا۔ دوسرے دن ایس پی، اسسٹنٹ کمشنر وغیرہ وہاں آگئے۔ ہمارے دوستوں سے ملے اور کہا کہ پٹھان، دعوت والوں کی بات مانتے ہیں آپ ان دونوں قبائل میں صلح کرادیں۔ دونوں قبائل کے بزرگوں کو پولیس نے بلوایا۔ ہمارے امیر صاحب اور مجھے صلح کرانے کے لیے بلایا گیا ہم دونوں نے فریقین کی بات سنی پھر دونوں کو صلح کی ترغیب دی اللہ کا واسطہ دیا کئی گھنٹے تک ہم منتیں کرتے رہے، مگر ناکام رہے۔ ایس پی اور اے سی صاحب نے آخر تنگ آکر ان کو دھمکیاں دیں اور دونوں قبائل نے ان کو برا بھلا کہا معاملہ اور بگڑ گیا۔ ہم سب بہت پریشان تھے، نکلنے کا کوئی راستہ نہ مل رہا تھا۔ آخر مسجد میں واپس آئے تو فائرنگ دوبارہ شروع ہوگئی ہمارے سامنے ایک آدمی مرا پڑا تھا۔ عصر کا وقت ہوا اور عصر گزر گئی اسی طرح مغرب گزر گئی اور عشاء کا وقت بھی گزر گیا کھانے پینے کو کچھ بھی نہ ملا کیوں کہ بازار بند تھے پانی نہ ملتا تھا اس لیے آدھی رات تک بھوک اور پیاس میں گزارہ کیا۔ افطاری کے لیے کچھ نہ ملا۔ آخر اللہ تعالیٰ کی ذات کی طرف متوجہ ہوئے۔ امیر صاحب نے سورۂ یسین پڑھ کر دعا کرنے کی ترغیب دی، اکتالیس مرتبہ سورۂ یسین شریف پڑھ کر رو رو کر ان دونوں قبائل کی صلح کے لیے دعا کی تمام ساتھی رو رہے تھے، دعا ختم ہونے پر فائرنگ بھی ختم ہوگئی، مسجد نمازیوں سے بھر گئی اور بازار کھل گئے۔ ہم نے مقامی ساتھیوں سے پوچھا کہ کیا ہوا؟ تو انہوں نے بتایا کہ ہم فائرنگ کررہے تھے کہ یک دم خیال آیا کہ ہم کیا کررہے ہیں اس میں کیا فائدہ؟ یہ خیال دونوں قبائل کے دلوں میں اللہ تعالیٰ نے بیک وقت ڈالا اور چند شرائط پر دونوں قبائل میں صلح ہوگئی یہ سب کلام اللہ کی برکت کا نتیجہ تھا۔

کھانا کم ہونے کا خوف اور سورۂ یسین کا اثر:

ایک اور موقع پر گرمیوں کے موسم میں پہاڑوں پر دعوت والوں کے ساتھ جانا ہوا۔ صبح کے وقت ایک پہاڑی سے دوسری پہاڑی تک پیدل جانا تھا۔ سفر لمبا تھا ہر ایک نے اپنا اپنا سامان سر پر اٹھایا اور چلنا شروع کردیا۔ کیونکہ رمضان کا مہینہ تھا اس لیے آٹا چاول وغیرہ نہ خریدے، مشورے میں یہ طے پایا کہ جہاں جارہے ہیں وہاں سے خرید لیں گے۔

دوپہر کے وقت نئی پہاڑی پر پہنچے، صرف پانچ مکان اور ایک مسجد تھی۔ کیونکہ کھانے پکانے کا نظام میرے ذمہ تھا میں نے راشن چیک کیا تو ایک آدمی کے راشن سے بھی کم چاول اور دال تھی۔ دکان کی تلاش میں نکلے تو معلوم ہوا کہ یہاں تو کوئی دکان نہیں راشن وغیرہ تو اسی پہاڑی پر ملے گا جو ہم صبح کے وقت چھوڑ آئے تھے۔ ہمارا رہبر ہمیں نئی پہاڑی پر چھوڑ کر واپس چلا گیا اب واپس جانا بھی ناممکن تھا۔ عصر کے وقت چار آدمی اور آگئے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

سنیاسی نے پتھری کا نسخہ بتایا تھا

محترم جناب طارق محمود صاحب السلام علیکم! ماہنامہ عبقری کے لیے دعا گو ہوں خداوند کریم اسے شہرت کی بلندیوں تک پہنچائے۔ ایک نسخہ حاضرِ خدمت ہے جو کئی سالوں سے زیرِ استعمال ہے۔ لاجواب اور مجرب ہے اپنے اثرات خود دکھائے گا۔ مجھ کو یہ ایک سنیاسی نے بتایا پھر بنا کردیا۔ ایسے لوگ جو گردے کی پتھری کا آپریشن کرا چکے تھے، تندرست ہوئے۔ کئی لوگ ادویات سے عاجز آگئے مگر اس دوائی نے کمال کردیا۔ بالکل بے ضرر ہے اور فوائد کے لیے مسیحائی اثرات رکھتا ہے۔ سالم ہلدی کی دو گانٹھیں لیکر لیموں کے رس میں تر کریں۔ پھر خشک کریں۔ لیموں کا پانی ایک پاؤ ہو تین بار تر وخشک ہونے پر پیس کر شہد ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالو۔ صبح شام ہمراہ پانی استعمال کرائیں۔ پتھری کو جڑ سے نکالتا ہے۔ خواہ کیسی ہی کیوں نہ ہو۔ ان شاء اللہ دوبارہ نہ ہوگی عمدہ اور صدری راز ہے۔ (تحریر: ڈاکٹر شوکت علی شاہین۔ خانیوال)

دانتوں کا کھٹا پن: کھٹی چیزوں کے کھانے سے دانت کھٹے ہوجاتے ہیں۔ اگر فوراً گرم روٹی کا نوالہ کھالیا جائے تو دانتوں کا کھٹا پن دور ہوجاتا ہے

جنسی توانائی کے لیے ورزش اور صحیح غذا کی اہمیت

جنسی تسکین وراحت میں اضافے کی بہترین صورت یہ ہے کہ ایک ایسا طرز حیات اختیار کیا جائے جو متوازن ہو اور جس سے صحت میں اضافہ ہو۔ گویا اسکے لیے یہ ضروری ہے کہ سب سے پہلے مناسب اور اچھی غذا پر توجہ دی جائے

قدیم چین اور مصر کے معالجین کی رائے میں جنس کا صحت سے بڑا گہرا تعلق ہوتا ہے۔ یہ معالجین مقوی باہ دواؤں کی اہمیت کو تسلیم کرنے کے علاوہ ان کے استعمال پر بھی زور دیتے تھے۔ جدید سائنس دان اب یہ تسلیم کرنے لگے ہیں کہ قدیم معالجین کا یہ نظریہ درست تھا۔ جنسی سرگرمی، بہترین مدافعتی اور شفا بخش سرگرمی ہوتی ہے۔

میاں بیوی کا مقدس رشتہ

سان فرانسکو کے ادارے ایڈوانسڈ اسٹڈی اوف ہیومن سیکسوالٹی کے صدر ڈاکٹر میک الوانا کے مطابق مطالعات سے یہ ثابت ہوگیا ہے کہ جنسی ملاپ سے جسم کی قوتِ مدافعت بڑھ جاتی ہے، درد دور ہوتے ہیں اور غددوں کا نظام متوازن اور چوکس رہتا ہے۔ ایک اور ڈاکٹر ڈبلیو کٹلر کے مطابق جنسی ملاپ میں باقاعدگی سے ہارمونی افزائش اور اس کا بہاؤ درست رہتا ہے جس کے نتیجے میں عورت کی صحت بہترین اور عمر طویل ہوتی ہے۔ ایک اور ماہر سلتھیا مروس وائسن کے مطابق اب جب کہ جنسی امراض اور ایڈز عام ہو رہے ہیں، ایک شریک حیات کے ساتھ تعلق برقرار رکھنے ہی میں ان امراض سے حفاظت ممکن ہے۔ آج ہم لوگ یہ حقیقت تسلیم کرنے پر مجبور ہیں کہ مشرق کے قدیم معالجین اور دانش وروں کا یہ خیال درست تھا کہ حسن وصحت صرف ان خواتین اور مردوں کا حصہ ہوتے ہیں جو گہرے اعتماد اور محبت کے رشتے کے ساتھ ایک دوسرے سے منسلک رہتے ہیں یعنی شوہر اور بیوی کے مقدس رشتے میں بندھے مرد وخواتین ہی جنسی لطافتوں اور اس کی پیچیدگیوں کو اچھی طرح سمجھنے کی وجہ سے طمانیت حاصل کرتے ہیں اس سے ان کی صحتیں اچھی رہتی ہیں۔

پرمسرت زندگی کے راز

دور حاضر میں جنسی کارکردگی کی سطح گرتی جارہی ہے۔ چنانچہ اس سے تعلق رکھنے والے مسائل بڑھ رہے ہیں۔ ڈاکٹر وائسن کی رائے میں جنسی ملاپ کی خواہش میں کمی کے طبی اسباب ہیں۔ چنانچہ مہینے میں دو دفعہ سے کم جنسی ملاپ کرنیوالے عورت و مرد بیسویں صدی کے اس اہم طبی مسئلے یعنی خواہش کی کمی کا شکار ہیں۔ ڈاکٹر وائسن کے مطابق مردوں اور خواتین میں اس خامی کے اہم اسباب میں دباؤ (اسٹریس)، مختلف دواؤں کا استعمال، بازاری کھانے، وزن میں اضافہ، تمباکو نوشی، تفریحی دواؤں اور الکحل کا استعمال، ماحولیاتی آلودگی خاص طور پر قابل ذکر ہیں۔ یہ تمام عوامل مل کر جنسی توانائی کا خاتمہ کررہے ہیں۔ ان کے خیال میں اگرچہ امریکیوں کی عمروں میں اضافہ ہو رہا ہے، لیکن ایسے شواہد نہیں ملتے کہ عمر میں اضافے کے ساتھ ان میں جنسی خواہش کم ہو رہی ہو۔

ڈاکٹر وائسن کی رائے میں ہر عورت و مرد، جوان اور بوڑھے، صحت مند مگر جسمانی طور پر معذور اور سخت بیمار شخص میں بھی جنسی تسکین کی خواہش کا ہونا ایک معقول بات ہے۔ اس خواہش کی تکمیل کے لیے مقوی باہ غذا اور دوا کا استعمال ضروری ہوتا ہے۔ مقوی باہ اشیا کے استعمال کے بارے میں ہر شخص کی اپنی رائے ہوتی ہے۔ بعض کے خیال میں غذا ایسی ہونی چاہیے کہ اس کے استعمال سے مردانہ طاقت اور توانائی بڑھ کر جنسی کارکردگی بہتر ہو جائے۔ مقوی باہ غذا کو جوانی و شباب کا چشمہ ہونا چاہیے۔ ڈاکٹر وائسن کے مطابق مقوی باہ اشیا ایسی دوائیں یا نسخے نہیں ہوتے کہ جن کے ذریعے سے کسی معصوم شخص کو بہلا پھسلا کر آمادہ کرلیا جائے۔ یہ انداز ''استحصال'' ہی کہلا سکتا ہے۔ ان کی رائے میں مقوی باہ شے وہ ہے کہ جس کے ذریعے سے جنسی فعل اور عمل، پُرمسرت اور خوش گوار بن جائے اور ایسی اشیا میں کوئی بوٹی یا غذا کے علاوہ رنگ، خوشبوئیں، روشنی وغیرہ بھی شامل ہو سکتی ہیں۔

متوازن غذا اور ورزش

جنسی تسکین وراحت میں اضافے کی بہترین صورت یہ ہے کہ ایک ایسا طرز حیات اختیار کیا جائے جو متوازن ہو اور جس سے صحت میں اضافہ ہو۔ گویا اسکے لیے یہ ضروری ہے کہ سب سے پہلے مناسب اور اچھی غذا پر توجہ دی جائے۔ ایسی غذا جس میں چکنائی کم ہو، ریشہ زیادہ ہو، حرارے معتدل ہوں، سبزیاں، پھل اور اناج خوب شامل ہوں۔ اس کے بعد ورزش ضروری ہے۔ جسمانی سرگرمی اور ہاتھ پاؤں کو متحرک رکھنے سے جنسی توانائی میں اضافہ ہوتا ہے بشرطیکہ اس میں باقاعدگی ہو۔ جسمانی مشقت یا ورزش سے جسم کے تمام نظام بالکل درست اور چست رہتے ہیں۔ عضلاتی نظام بڑی عمدگی سے کام کرتا رہتا ہے، غددوں اور ہضم کا نظام متوازن رہتا ہے یہاں تک کہ جلد کی صحت اور اس کی رنگت نکھری نکھری اور جوان رہتی ہے۔

عورت اور مرد دونوں کی بہترین جنسی صلاحیت اور توانائی کے لیے الگ الگ ورزشیں ہوتی ہیں۔ ان ورزشوں سے ان کے وہ عضلات توانا ہوتے جو جنسی عمل میں استعمال ہوتے ہیں۔ ان میں ائروبک ورزشیں (جوگنگ، سائیکلنگ اور تیراکی وغیرہ) بھی شامل ہیں۔ ان سے عضلات میں لچک آتی ہے اور توانائی بڑھتی ہے۔ کیگل (Kegal) ورزشیں یعنی پیڑو کے عضلات کو بار بار سکیڑنے اور ڈھیلا کرنے کی مشق سے خواتین اور مرد دونوں کے جنسی اعضا پر بڑے خوش گوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ یوں تو یہ ورزشیں پیشاب نہ رکنے کی شکایت کے لیے بہت مؤثر سمجھی جاتی ہے، لیکن ان ورزشوں سے جنسی اعضا میں دوران خون کے تیز ہونے اسے ان کی کارکردگی میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔ ان عضلات کو مضبوط بنانے کے لیے یوگا میں بھی کئی ورزشیں ہیں۔ خود سانس لینے کی ورزش یعنی پرانا یام میں سانس خارج کرنے کے بعد پیٹ کو بار بار سکیڑتے رہنے سے آنتوں کی حرکت میں اضافے کے علاوہ اندرونی جنسی اعضا میں آکسیجن سے پر خون کی گردش بڑھ جاتی ہے جس سے ان کے رگ وریشے مضبوط ہوتے ہیں۔

حواسِ خمسہ کا جنسی زندگی پر اثر

ان تدابیر و اقدامات کے علاوہ حواسِ خمسہ کے استعمال و تحریک سے بھی جنسی توانائی کو بیدار اور تازہ دم رکھنا چاہیے یعنی دیکھنے، سونگھنے، چھونے، سننے اور چکھنے کی صلاحیتوں سے کام لے کر بھی اس صلاحیت میں اضافہ کیا جا سکتا ہے۔ اس سلسلے میں یہ بات تسلیم کرنی پڑے گی کہ مشرقی قدیم طبوں میں اس کی بڑی اہمیت ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

علم میں اضافے کے لیے

دماغی طاقت میں اضافے کے لیے'' **یَا وَاسِعَ الْعَطَاءِ وَالْکَرَمِ** '' روزانہ ایک تسبیح پڑھیں۔

جب بھی کوئی کام یا خاص ذمہ داری کا کام ہو تو اس میں بہتری کے لیے'' **اُفَوِّضُ اَمْرِیْ اِلَی اللّٰہِ اِنَّ اللّٰہَ بَصِیْرٌ بِالْعِبَادِ** '' اپنی سہولت کے مطابق پڑھیں ان شاء اللہ کام میں بہتری ہوگی۔ (مرسلہ: شہناز مظفر۔ گجرات)

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے۔ آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں۔ یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

اَللّٰہُ الصَّمَدُ کے کمالات ومشاہدات

اللہ بے نیاز ہے۔ اللہ کی شان بے نیازی، صفات صمدیت یعنی اللہ پر بھروسے کی مظہر ہے۔ جو شخص اللہ کو اس صفت سے پکارتا ہے وہ اس کا مظہر ہو جاتا ہے۔ لہٰذا جو شخص اللہ کے مقرب بندوں میں شامل ہونا چاہے وہ شیخ کامل کی اجازت سے روزانہ کثرت سے پڑھنا شروع کر دے۔ اگر کسی کا شیخ نہ ہو تو وہ اسے گیارہ ہزار مرتبہ صبح اور گیارہ ہزار مرتبہ رات کو پڑھے اور سات سال تک یہ وظیفہ جاری رکھے انشاء اللہ اس عرصے کے دوران خدائی رحمتوں سے مالا مال ہو جائے گا۔ ظاہری اور باطنی سچائی نصیب ہوگی بلکہ ولایت کا مقام صدیقیت بھی اس اسم اعظم سے حاصل ہوتا ہے۔ ''اَللّٰہُ الصَّمَد'' پڑھنے سے انسان مخلوقِ خدا سے بے نیاز ہو جاتا ہے اور دین و دنیا حاصل ہو جاتے ہیں اس کے باطنی اسرار بے پناہ ہیں۔ رسول اکرم ﷺ کی حضوری اس سے حاصل ہوتی ہے۔ جنت، دوزخ، ارض وسما کی روحانی سیر اور مشاہدات اس سے حاصل ہوتے ہیں۔ حتیٰ کہ یہی اسم، اللہ کے خاص بندوں کو مقامِ وصل، فنا اور بقا کی منازل عبور کروا دیتا ہے۔ ''اَللّٰہُ الصَّمَد'' کے ورد سے عام لوگوں کو بھی بے شمار فیوض و برکات حاصل ہوتے ہیں۔ جو شخص یہ چاہے کہ اس کے کاروبار میں خیر و برکت اور رزق میں وسعت ہو تو وہ روزانہ ایک ہزار مرتبہ پڑھے، انشاء اللہ دنیاوی دولت حاصل ہوگی اور کبھی خالی جیب نہ رہیگا۔ اگر کوئی دنیا کے مکر و فریب اور دھندوں میں مبتلا ہو اور اس سے چھٹکارا پا کر سکونِ قلب چاہتا ہو تو اسے جمعرات اور جمعہ کی درمیانی شب میں ساری رات ہی پڑھے، عجیب فرحت اور سکون محسوس ہوگا (ان شاء اللہ)۔ ہر نماز کے بعد جو شخص 33 مرتبہ پڑھے وہ اجرِ عظیم پائے گا۔ دنیا اس سے پیار کرنے لگے گی۔ جو شخص تہجد کے وقت 500 مرتبہ پڑھے وہ دین و دنیا میں سکھ اور راحت پائے گا، پریشانیاں اس سے دور رہیں گی اور اگر کوئی شخص ایک کروڑ مرتبہ پڑھ لے تو جو اللہ سے مانگے وہی پائے۔

کشف کا حصول کیسے ہو؟

وَسِعَ رَبِّیۡ کُلَّ شَیۡءٍ عِلۡمًا ٥ (سورۃ الانعام کی آیت نمبر 81) **ترجمہ:** ''میرا پروردگار علم میں ہر شے کو سمائے ہوئے ہے'' اس آیت کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ جس شخص کو یہ شوق ہو کہ اس کو کشف یا اشارات کے ذریعے باطنی طور پر اللہ کا قرب حاصل ہو یعنی کہ وہ اللہ کے نیک بندوں میں شامل ہونا چاہے۔ اس کا مقصود صرف اللہ کی رضا ہو تو اسے چاہیے کہ روزانہ بلاناغہ تین سال تک گیارہ ہزار مرتبہ پڑھے، مدت ختم ہونے پر روحانی علم سے مالا مال ہو جائے گا۔ باطنی اسرار اس پر کھلنے لگیں گے مگر اخلاص شرط ہے۔ اگر کوئی شخص اسے روزانہ (1025) ایک ہزار پچیس مرتبہ پڑھے تو اسے باطنی علم حاصل ہوگا جس سے وہ لوگوں کے دلوں پر حکومت کرے گا۔ عزت میں اضافہ ہوگا۔

اگر کسی بچے کو سبق یاد نہ ہوتا ہو تو یہ آیت سات (7) مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کریں اکتالیس (41) یوم تک پلائیں (روزانہ دم کریں) انشاء اللہ وہ پڑھائی کی طرف راغب ہوگا اور جلد ہی اسے سبق یاد ہونا شروع ہو جائے گا۔

یَا بَصِیۡرُ کے کمالات ومشاہدات

یَا بَصِیۡرُ: ''دیکھنے والا'' اس نام کے اعداد ابجد 302 ہیں۔ اس اسم کا ورد کرنے والا شخص مشاہدات الٰہی کا نظارہ کرتا ہے۔ جو کوئی اسے اعداد ابجد کے مطابق 302 مرتبہ روزانہ فجر کی سنتوں اور فرض کے درمیان پڑھے تو تھوڑے ہی عرصے میں اس کے قلب میں نورانیت کا ظہور ہوگا۔ جو شخص اس اسم کو زعفران و گلاب سے لکھے اور دھو کر پیئے تو اس کی نگاہ میں روشنی اور قلب میں نور پیدا ہو جاتا ہے۔ اسی طرح اگر کوئی شخص مطالعے سے پہلے پانچ مرتبہ ''یَا بَصِیۡرُ'' پڑھ لے گا کبھی بھی نظر کمزور نہ ہوگی۔ اگر کوئی شخص اس اسم کو وقت اور جگہ کی پابندی کے ساتھ چالیس روز تک 3510 مرتبہ پڑھے۔ تو اس کے قلب و نظر میں نور پیدا ہو جاتا ہے (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

(بقیہ: خوبصورتی اور دلکشی کا احساس)

سانولی رنگت کے لیے آزمودہ نسخہ:۔ چنے کی دال اور ہلدی کا مرکب صدیوں سے ابٹن کے طور پر استعمال ہوتا آیا ہے۔ رات کو چنے کی دال دھو کر بھگو دیں۔ صبح ہلدی کی گانٹھ کے ساتھ پیس لیں۔ جب عمدہ کریم بن جائے تو چینی کے پیالے میں ڈال کر لیموں کا رس ایک چمچ اس میں شامل کر دیں اب اس مرکب کو جسم اور چہرے پر ملیں۔ بدن کی حدت سے مرکب خشک ہو جائے گا۔ تو کسی اچھے صابن سے غسل کر لیں۔ اس سے سانولی رنگت کا نکھر جانا لازمی ہے۔ ☆ میٹھے بادام پیس کر دودھ یا ملائی کے ساتھ پیسٹ بنا کر چہرے پر لگائیں۔ پندرہ بیس منٹ کے بعد جب یہ خشک ہو جائے تو اس کو مل کر اتار لیں اور چہرہ دھولیں۔ رنگت نکھر آئے گی۔ جلد نرم وملائم ہو جائے گی۔ ☆ پالک یا کوئی بھی سبزی کو ابالنے کے بعد اس کے پانی کو محفوظ کر لیں پھر اس کو ٹھنڈا کر کے چہرے پر ملیں ☆ قدرتی دہی چہرے پر ملیں۔ دس منٹ بعد چہرہ پانی سے دھولیں۔ ☆ کھانے کی میز پر بچے ہوئے پھلوں کو مکس کر کے جوس نکال کر چہرہ پر لگالیں اور پھر دس منٹ بعد چہرے دھولیں ☆ مکئی اور جو کا آٹا ہم وزن لے کر اس میں آدھے لیموں کا رس ملا کر لئی سی بنالیں۔ اس لئی کو گردن، چہرے اور ہاتھوں پر ملیں۔ آدھے گھنٹے بعد نیم گرم پانی سے دھولیں۔ یہ عمل ہفتہ میں دو مرتبہ کریں ☆ دھوپ میں نکلنے سے رنگت سانولی ہو جائے یاد ہے پڑ جائیں تو انگور کا رس چہرے پر ملیں۔ جلد پر رس خشک ہو جائے تو چہرہ دھولیں۔

سبزیوں اور پھلوں کے ساتھ دودھ کا ذکر بھی ضروری ہے۔ دودھ تیزابیت کو دور کرتا ہے۔ گرمیوں میں سنولائے ہوئے چہرے کے لیے دودھ خاص طور پر مفید ہے۔

(۱) چوتھائی گلاس دودھ لیں اور اس میں ایک چٹکی کھانے کا سوڈا ملا لیں۔ ایک روئی کے ٹکڑے کو اس محلول میں بھگو کر چہرے کو تھپتھپائیں چہرے کی سنولاہٹ اور تپش دور ہو جائے گی (۲) آدھے گلاس دودھ میں ایک لیموں کا عرق ملا لیں۔ رات کو سونے سے پہلے اس محلول سے چہرہ دھوئیں۔ جلد تروتازہ اور رنگت صاف ہو جائے گی۔

(۳) خشک جلد کے لیے دودھ اور شہد کا محلول بنا کر اس میں پسے ہوئے بادام شامل کر کے لیپ تیار کریں۔ یہ لیپ چہرے پر آدھا گھنٹہ لگا رہنے دیں۔ اس لیپ سے جلد چکنی اور نرم وملائم ہو جاتی ہے۔ (۴) دودھ میں خمیر ملا لیں۔ اس کا لیپ روغنی جلد کے لیے فائدہ مند ہے۔

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں یا کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لیں گے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظرانداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

 ناراضگی ختم کرنے کا عمل: یَا مَانِعُ 20 بار بیوی ناراض ہو تو شوہر اور اگر شوہر ناراض ہو تو بیوی سونے سے قبل بچھونے پر بیٹھ کر پڑھے صلح ہو جائے گی (تا حصول مراد)

کمبل کے نیچے نوجوان لڑکی کی لاش تھی

انسپکٹر بہت پریشان تھا اور عصر کی نماز کے دوران بھی اسے رہ رہ کر خیال آرہا تھا۔ نماز پڑھنے کے بعد اس نے اللہ تعالیٰ سے دعا کی اے اللہ، اے میرے رب، کوئی سبب بنا اور میری مشکل کو حل کردے۔ (تحریر: محمد علی چوہدری۔ مکہ مکرمہ)

میں الریاض میں ایک خاصی بڑی ورکشاپ چلایا کرتا تھا جس میں تقریباً پندرہ کے قریب کاریگر کام کرتے تھے۔ (ان میں پاکستانی، انڈین اور تھائی لینڈ کے باشندے بھی شامل تھے) چونکہ ہمارے پاس پولیس کی گاڑیاں بھی مرمت کے لیے آتی تھیں۔ اس لیے پولیس والوں سے کافی گپ شپ تھی۔ ایک دن شام پانچ بجے میں اپنے آفس میں بیٹھا تھا کہ مقامی تھانے کا ایک انسپکٹر اپنی ذاتی گاڑی ٹھیک کروانے آیا۔ گاڑی مکینک کے حوالے کرنے کے بعد وہ میرے پاس آفس میں بیٹھ گیا۔ قہوہ وغیرہ پیتے اس نے ایک واقعہ سنایا۔ چند روز پہلے اس کے علاقے سے ایک نوجوان لڑکی غائب ہو گئی تھی۔ جس کی رپورٹ لڑکی کے وارثوں نے تھانے میں درج کرادی تھی۔ سعودی عرب میں ایک لڑکی کا غائب ہو جانا کوئی معمولی کیس نہیں تھا۔ جس ملک میں معمولی سی چیز چوری ہو جانا بہت بڑی چوری سمجھا جائے وہاں ایک نوجوان لڑکی کا غائب ہو جانا قانون کی نظروں میں بہت ہی سنگین واقعہ تھا۔ پاکستان بھی اسلامی ملک ہے لیکن آئے دن لڑکیاں اور لڑکے اغوا ہوتے رہتے ہیں اور کسی کے کانوں پر جوں تک نہیں رینگتی۔ اس کیس کی تفتیش اس انسپکٹر کے سپرد تھی۔ لڑکی غائب ہوئے پانچ روز گزر چکے تھے لیکن ابھی تک معمہ حل نہیں ہوسکا تھا۔ انسپکٹر سے اس کے انچارج آفیسر نے بھی سختی سے پوچھا کہ اتنے دن گزرنے کے باوجود لڑکی کیوں نہیں مل سکی۔ انسپکٹر بتا رہا تھا کہ وہ بہت پریشان تھا اور آج عصر کی نماز کے دوران بھی اسے رہ رہ کر خیال آرہا تھا۔ نماز پڑھنے کے بعد اس نے اللہ تعالیٰ سے دعا کی اے اللہ میرے رب، کوئی سبب بنا اور یہ مشکل حل کردے۔

انسپکٹر نے بتایا کہ وہ نماز کے بعد آفس پہنچا تو اس نے ایک شخص کو اپنے حوالدار کے پاس بیٹھے دیکھا۔ وہ شخص شامی تھا اور اپنی پرانی پک اپ گاڑی پر سارا دن پرانا لوہا اکٹھا کر کے بیچتا تھا جو اسے کچرے کے ڈھیروں سے کافی مقدار میں مل جایا کرتا تھا۔ وہ اسی لالچ میں شہر سے دور ایک کچرے کے ڈھیر پر پہنچ گیا اور سریے اور لوہے کے ٹکڑے کھینچنے لگا۔ اس ڈھیر کے نیچے اسے ایک نیا کمبل نظر آیا۔ اس نے کمبل کھینچا تو اس کے نیچے ایک اور کمبل تھا اس نے وہ کمبل بھی کھینچا جو وزنی تھا۔ اس نے کمبل باہر نکالا تو اس کی چیخ نکل گئی۔ کمبل میں ایک نوجوان لڑکی کی لاش لپٹی ہوئی تھی۔ وہ کمبل وہیں چھوڑ کر تھانے چلا گیا اور اس انسپکٹر کو جو میرے پاس بیٹھا ہوا تھا بتایا۔ انسپکٹر نے مجھے بتایا کہ یہ اس لڑکی کی لاش تھی جو پانچ دن پہلے غائب ہوئی تھی۔ اللہ تعالیٰ نے مدد کی، معمہ حل ہو گیا اور چند دنوں کی تفتیش اور سراغ رسانی سے مجرم بھی پکڑے گئے۔ انسپکٹر نے اطلاع دینے والے شخص کو دو ہزار ریال اپنی جیب سے انعام دیا۔ واقعہ لکھنے کا مقصد یہ ہے کہ اگر ہماری پولیس ہوتی تو الٹا اس شخص کو پکڑ لیتی اور اسے انعام دینے کی بجائے اس سے نذرانہ وصول کر کے چھوڑتی۔

(بقیہ: چائے یا لسی فیصلہ آپ کریں)

بکنے والے پاگل پن کو ہذیان کہتے ہیں۔ چائے ایسا پاگل بناتی ہے کہ انسان آرام سے نہیں بیٹھتا کچھ نہ کچھ بولتا ہی رہتا ہے (15) تشنج (16) ہائی بلڈ پریشر جب کوئی بات بات پر لڑتا ہے اور مرنے مارنے پر تل جاتا ہے تو کہتے ہیں اسے ہائی بلڈ پریشر ہو گیا ہے۔ یہ سارے چائے کے کرشمے ہیں (17) چائے سے خفقان ہوتا ہے، دل زور زور سے دھڑکتا ہے، کانپتا ہے اور ہر چیز سے ڈرتا رہتا ہے۔ کہتا ہے ادھر سے جن آگیا ادھر سے جن آگیا، ہمارے گھر میں آدھی رات کو جن آجاتے ہیں اور یہ کرتے ہیں وہ کرتے ہیں (18) غشی (19) بواسیر (20) بھوک بند ہو جانا (21) معدے کی تیزابیت (22) زبان، حلق اور پھیپھڑوں میں کینسر (23) السر (24) جسم میں ناقابل برداشت درد (25) دانتوں میں درد (26) جو عورتیں چائے کی عادی ہوتیں ہیں ان میں سے بعض کو حیض کے ایام میں پیٹ میں سخت درد محسوس ہوتا ہے (27) انسانی جوہر پتلا ہو جاتا ہے جس کے نقصان ہر ذی شعور جانتا ہے۔ (28) کھانسی (29) پریشان خیالات (30) نزلہ و زکام (31) حضرت مفتی رشید احمد صاحبؒ فرماتے ہیں کہ اور ایک بات جو کسی کتاب میں تو نظر نہیں آئی لیکن مجھ پر گزری ہے۔ ایک بوڑھے نے دو تین روز مجھ کو چائے پلا دی، اس کی تو ہڈیوں میں رچی ہوئی تھی، آہستہ آہستہ زہر کا عادی ہوا تھا۔ مجھے اچانک پلا دی دو تین دن تک، اس وقت میری عمر تقریباً چوبیس یا پچیس سال ہو گی اس کا اثر یہ ہوا کہ پیشاب کی نالی میں ورم اور جلن، بہت درد سے پیشاب آنے لگا، پیشاب کی بندش بھی، جلن اور سوزش بھی۔ بہت سخت تکلیف اور رنگ ایسا سرخ یوں معلوم ہوتا تھا کہ خون آرہا ہے، یہ قصہ تو میرے ساتھ کیا ایک بوڑھے نے دو تین روز چائے پلا کر۔ اس کے بعد دو تین روز دہی کی لسی پی تو اللہ تعالیٰ نے خیریت عطاء فرمائی۔ اللہ تعالیٰ اس بوڑھے کی مغفرت فرمائیں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

میاں بیوی کے درمیان جھگڑا: اکثر ایسا ہوتا ہے کہ میرے میاں مجھ سے انتہائی خفا ہو جاتے ہیں حالانکہ بہت محبت اور عزت دینے والے ہیں۔ آخر ایسا کیوں ہوتا ہے؟ نہایت پریشان ہوں 13 سال شادی کو ہو گئے ہیں صرف ایسی خاتون یا درد والے صاحب بتا دیں جن کے ساتھ ایسا ہوا ہو اور انہیں فائدہ ہوا ہو۔ (بشریٰ محسن۔ لندن)

ابروؤں کا حُسن وخوبصورتی: میرے اَبرو گھنے نہیں ہیں۔ بھورے رنگ کے ہیں۔ کیا اس کا کوئی حل ہے خاص طور پر ایسی خواتین جواب دیں جو تجربہ کر چکی ہو سنی سنائی باتیں نہ لکھیں۔ (فاطمہ۔ مری)

عورتوں کی طرح سینہ: میری شکایت ایسی ہے کہ میں ہر کسی کو نہیں بتا سکتا کہ میرا سینہ عورتوں کی طرح لٹکا ہوا ہے بہت چھپانے کی کوشش کرتا ہوں لیکن پھر بھی ظاہر ہو جاتا ہے ہر شخص میرا مذاق اڑاتا ہے زندگی سے تنگ ہوں خودکشی کا بار بار خیال آتا ہے براہ کرم اس کا سو فی صد علاج بتائیں۔ (عزیز حسن۔ سبی)

منہ سے رال بہتی ہے: میرا حادثہ ہوا جس میں میرے دانت ٹوٹ گئے۔ بہت علاج کے بعد وہ تو نئے لگوا لئے لیکن اس کے بعد میرے منہ سے رال بہتی ہے۔ سوتے وقت بھی اور بات کرتے وقت بھی۔ منہ بند کرنے کی بہت کوشش کرتا ہوں لیکن پھر بھی یہ شکایت رہ جاتی ہے بہت ٹیسٹ، علاج کروائے ہیں لیکن فائدہ نہیں ہوا۔ کوئی ٹوٹکہ یا وظیفہ بتائیں (منصور الحسن، ڈاڈر)

پستانوں سے ریشہ بہنا: ہر حمل کے ٹھہرنے کے بعد میرے پستانوں کے نپل سے ریشہ بہنا شروع ہو جاتا ہے یہ مسلسل رہتا ہے حتی کہ جب تک بچہ پیدا نہ ہو جائے۔ بدبو ہوتی ہے سخت پریشان ہوں کوئی حل بتائیں (عاصمہ قریشی۔ اسلام آباد)

کاروباری مسائل: میرے میاں بہت کاروباری مسائل میں پریشان ہیں۔ پہلے اللہ کا دیا ہوا سب کچھ تھا بس یکا یک سب کچھ چھن گیا اور زندگی مسلسل مشکلات کا شکار ہو گئی۔ اپنے ساتھ چھوڑ گئے۔ اب تو یہ عالم ہے (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

فقیر سے غنی بننے کا وظیفہ

سورۂ مزمل کو ہر روز چالیس مرتبہ صبح کی نماز کے بعد پڑھے۔ فوراً قرض کی ادائیگی کی کوئی سبیل پیدا ہو جائے گی۔ مجرب ہے۔

ادائے قرض کی نیت سے سورۂ مزمل کو ہر روز چالیس مرتبہ صبح کی نماز کے بعد پڑھے۔ فوراً قرض کی ادائیگی کی کوئی سبیل پیدا ہو جائے گی۔ مجرب ہے۔

تہجد یا صبح کی نماز اور عصر اور عشاء کی نماز کے بعد حسب ذیل طریقہ سے دعا مانگے۔ ان شاء اللہ چالیس دن کے اندر اندر رزق میں وسعت ہوگی۔ قرض ادا ہو جائیگا اور بد نصیبی کی شکایت کرنے کا موقع نہ ملے گا۔ اول تین مرتبہ درود شریف پھر تین مرتبہ "یَا رَحْمٰنُ وَ یَا رَحِیْمُ" پھر تین مرتبہ "وَ اُفَوِّضُ اَمْرِیْٓ اِلَی اللّٰہِ پھر یَا ذَاالْجَلَالِ وَ الْاِکْرَامِ" تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر مسجد میں جائے اور وسعت رزق اور ادائے قرض اور ہر حاجت کے بر آنے کی دعا مانگے۔ ان شاء اللہ قبول ہوگی۔ اگر پابندی کرے تو عجیب و غریب اثر دیکھے گا۔

کوئی خاص وقت مقرر کر کے خاص جگہ پر ذیل کا وظیفہ بطریق ذیل کرے۔ ان شاء اللہ رزق میں اس قدر فراخی حاصل ہوگی کہ دنگ رہ جائے گا۔ اول پاک و صاف ہو کر خلوت کے مکان میں جائے اور قبلہ رو بیٹھ کر تین مرتبہ درود شریف پڑھے۔ پھر پانچ سو ایک مرتبہ

"یَا دَائِمَ الْعِزَّۃِ وَالْبَقَاءِ وَ یَا وَاھِبَ الْجُوْدِ وَ الْعَطَاءِ یَا وَدُوْدُ ذُوالْعَرْشِ الْمَجِیْدُ فَعَّالٌ لِّمَا یُرِیْدُ اَللّٰھُمَّ رَبَّنَا اَنْزِلْ عَلَیْنَا مَآئِدَۃً مِّنَ السَّمَاءِ تَکُوْنُ لَنَا عِیْدًا لِّاَوَّلِنَا وَ آخِرِنَا وَ اٰیَۃً مِّنْکَ وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَیْرُ الرّٰزِقِیْنَ ○ یَا تَکْفِیْلُ بِحَقِّ یَا صَمَدُ الْغَفَّارُ ذَاالْمَنِّ عَلٰی جَمِیْعِ خَلْقِہٖ بِلُطْفِہٖ یَا صَمَدُ"

اس کے بعد پھر تین مرتبہ درود شریف پڑھے۔ یہ وظیفہ اکیس دن تک بلا ناغہ وقت مقررہ پر اسی جگہ پڑھے جہاں پہلے دن پڑھنا شروع کیا تھا۔ **(ایسے بے مثال با کمال وظائف اور عملیات کے لیے ''کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' کتاب پڑھیں)**

لیموں سے پچاس بیماریوں کا آزمودہ علاج

لیموں کو کاٹ کر اگر چہرے پر ملا جائے تو چھائیاں اور کیل مہاسے ٹھیک ہو جاتے ہیں (انتخاب: علی۔ لاہور)

عربی لیبک/لیمو فارسی لیبک/لیمو
سندھی لیمو انگریزی Lemon

اس کا رنگ زرد اور کچے لیموں کا رنگ سبز ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ ترش ہوتا ہے۔ اس میں سٹرک ایسڈ پایا جاتا ہے۔ اس کی کئی اقسام ہیں۔ سب سے اعلیٰ قسم کا غذی لیموں کی ہے جس کا چھلکا کاغذ کی طرح پتلا ہوتا ہے۔ اس کا مزاج سرد دوسرے درجے اور تر پہلے درجے ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک چھ ماشہ لیموں کا رس ہے جبکہ روغن لیموں کی مقدار ایک سے تین قطرے تک ہے۔ لیموں کے بے شمار فوائد ہیں

لیموں کے فوائد:

(1) وٹامن بی اور سی اور نمکیات کی بہترین ماخذ ہے اس میں وٹامن اے معمولی مقدار میں پایا جاتا ہے (2) اس کا گودا اور رس دونوں مفید ہوتے ہیں (3) یہ مفرح اور سردی پہنچاتا ہے (4) دافع صفرا ہوتا ہے (5) بھوک لگاتا ہے اور پیاس کو تسکین دیتا ہے (6) متلی اور صفراوی قے کو بے حد مفید ہے (7) تازہ لیموں کی سکنجبین بنا کر بخار میں پلانے سے افاقہ ہوتا ہے (8) ملیریا بخار کی صورت لیموں کو نمک اور مرچ سیاہ لگا کر چوسنا بخار کی شدت کو کم کرتا ہے (9) ہیضہ میں لیموں کا رس ایک تولہ، کافور ایک رتی، پیاز کا رس ایک تولہ ملا کر دن میں تین یا چار دفعہ استعمال کرنے سے صحت ہوتی ہے (یہ ایک خوراک ہے) (10) خون کے جوش کو ٹھیک کرتا ہے۔ (11) معدہ اور جگر کو قوت دیتا ہے اور خاص طور پر جگر کے گرم مواد کا جاذب ہے (12) لیموں کو کاٹ کر اگر چہرے پر ملا جائے تو چھائیاں اور کیل مہاسے ٹھیک ہو جاتے ہیں (13) یرقان میں لیموں کے رس کا استعمال بے حد مفید ہے سکنجبین بنا کر دن میں تین بار استعمال کریں (14) لیموں کے بیج اگر بریاں کر کے کھائے جائیں تو قے اور دستوں کو فوری بند کرتے ہیں۔ لیکن بیجوں کو ہمیشہ چھیل کر استعمال کرنا چاہیے۔ بچوں کی قے اور دستوں میں بھی بے حد مفید ہے۔ اس کی خوراک دو سے تین دانوں کا سفوف ہے (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

بستر کے پرانے زخم

BAD SACM جو کہ مریض کو لیٹے لیٹے ہو جاتا ہے۔ زخم میں بعض اوقات پیپ پڑ جاتی ہے۔ مریض پہلے ہی تکلیف زدہ ہوتا ہے اوپر سے ان زخموں کیلئے تکلیف دہ ادویات اور انتہائی درد والی دوائیں استعمال کرائی جاتی ہیں۔ یعنی ٹنکچر، سپرٹ، ڈیٹول وغیرہ وغیرہ۔ خرچہ بے سود اور مریض کی چیخیں علیحدہ۔ یہ ایک ٹوٹکہ ہے جو زخم ٹھیک کرنے کے ساتھ کئی بیماریوں سے فائدہ دیتا ہے۔ **ھوالشافی:** پھٹکڑی سفید 2 تولہ پیس کر ایک کپ پانی میں حل کر دیں۔ سرسوں کا تیل ایک کپ میں ہلدی 2 تولہ کو حل کریں۔ سب کو آپس میں ملا کر آگ پر گرم کریں کہ پانی جذب ہو۔ استعمال کے وقت نیم گرم کر کے خوب ہلائیں اس کے بعد اس محلول کو صاف کپڑے پر ڈال کر زخم پر باندھ دیں۔ دن میں دو بار باندھیں بس چند دنوں میں افاقہ ہوگا۔ (مرسلہ: ادریس۔ ایبٹ آباد)

(قارئین کے سوال و جواب)

کہ بعض اوقات دو وقت کی روٹی بھی نہیں ہوتی۔ قارئین میں کوئی ہمدرد اس کا جواب دے خاص طور پر وہ ہمدرد جس کے ساتھ یہ مشکل ہوئی ہو۔ (فریحہ ناز۔ دبئی)

میری بیوی روٹھ کر قطر چلی گئی: میں بہت عرصہ قطر میں رہا شادی بھی وہیں کی۔ میری بیوی کا مزاج تیز ہے ہم 5 سال اکٹھے رہے لیکن میری بیوی روٹھ کر واپس قطر چلی گئی۔ لاکھ کوشش کی لیکن واپس آنے کا نام نہیں لیتی۔ کیا حل ہے؟ میں اس کے بغیر پریشان ہوں 16 ماہ ہو گئے ہیں رحم کریں مجھے کچھ بتائیں۔ (عباس عباسی۔ گوادر)

میرا بیٹا درست انداز میں بول نہیں سکتا: میں رسالہ شوق سے پڑھتی ہوں۔ میرا ایک 5 سالہ بیٹا بیٹھ نہیں سکتا اور نہ ہی اپنی گردن سنبھال سکتا ہے اور نہ درست انداز میں بول سکتا ہے بڑے بڑے ڈاکٹروں کو دکھایا ہے لیکن فائدہ نہیں ہوا عبقری کے قارئین سے درخواست ہی کر سکتی ہوں۔ (الفت نازلی۔ لندن)

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ مخلوق کے فائدے کے لیے تصنیف اور تالیف کی جائے۔ کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہوگئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نا چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔

دعا گو و دعا جو بندہ محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

قارئین کی خصوصی تحریریں

کیکر کے درخت سے لیکوریا کا حتمی علاج

قابل احترام جناب حکیم محمد طارق محمود صاحب السلام علیکم!

چندروز ہوئے اسلام آباد اپنی بہن کے پاس جانے کا اتفاق ہوا۔ وہاں ماہنامہ عبقری پڑھا، اچھا لگا۔ اگر آپ چاہیں تو کبھی کبھار میں اپنی تحریروں سے قارئین کی تھوڑی سی راہنمائی کرتی رہوں اسی سلسلہ میں ایک تحریر حاضر ہے۔ کیکر کی چھال والانسخہ ہماری والدہ بنایا کرتی تھیں اور نہایت آزمودہ ہے۔ کیکر 50 سے 60 فٹ تک اونچائی والا ایک عام درخت ہے اور اس کے کانٹے بڑے تیز اور زہریلے ہوتے ہیں۔ یہ درخت دنیا کے آدھے سے زیادہ ممالک میں عام پایا جاتا ہے۔ کیکر کے درخت میں پھول اور پھلیاں لگتی ہیں۔ لیکوریا خواتین میں عام پایا جانے والا ایسا موذی مرض ہے جو موثر علاج نہ ہونے پر بالآخر بانجھ پن سے ہمکنار کر دیتا ہے۔ لیکوریا میں مبتلا خواتین اکثر کمر درد میں مبتلا رہتی ہیں، سر چکراتا ہے اور رطوبت کے اخراج کے باعث بدن لاغر اور وہ خود کمزور ہوتی چلی جاتی ہیں۔ کام کرنے کو جی نہیں چاہتا، چہرہ زرد ہو جاتا ہے اور لیکوریا کی مریض خواتین ہزاروں نہیں بلکہ لاکھوں کی تعداد میں ہیں۔ **(نسخہ، ترکیب اور استعمال:)** کیکر کے پھول پیس کر صبح آدھا چمچ نہار منہ پانی کے ہمراہ لیں۔ سات دن کے بعد کمزوری، کمر کا درد اور لیکوریا کی پرانی سے پرانی تکلیف بھی دور ہو جائے گی۔ اگر کیکر کے پھول دستیاب نہیں ہیں تو کیکر کی چھال پیس لیں۔ پھر اس میں حسب ضرورت مصری شامل کریں اور نہار منہ استعمال کریں پھول اور چھال دونوں کے فوائد ایک ہی ہیں۔

(مرسلہ ڈاکٹر روبی نیازی۔ کاشانہ، نیازی دریا روڈ، بھکر)

ایک عجیب عمل

حضور نبی کریم ﷺ نے حضرت فاطمہؓ سے ارشاد فرمایا کہ جو مسلمان مرد یا عورت وتر کے بعد دوسجدے اس طرح کرے۔ کہ ہر سجدہ میں پانچ مرتبہ **"سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ رَبُّ الْمَلَائِکَۃِ وَالرُّوْحِ"** پڑھے اور دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھ کر ایک مرتبہ آیت الکرسی پڑھے۔ تو قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ میں محمد ﷺ کی جان ہے کہ اللہ تعالیٰ اس شخص کے وہاں سے اٹھنے سے پہلے مغفرت فرما دیں گے اور ایک سو (100) حج اور ایک سو (100) عمروں کا ثواب دیں گے اور اس کی طرف اللہ تعالیٰ ایک ہزار (1000) فرشتے بھیجیں گے۔ جو اس کے لیے نیکیاں لکھنی شروع کر دیں گے اور اس کو (100) غلام آزاد کرنے کا ثواب بھی ملے گا اور اس کی دعا اللہ تعالیٰ قبول فرمائیں گے اور قیامت کے دن (60) اہل جہنم کے حق میں اس کی شفاعت قبول ہو گی اور جب مرے گا یہ شخص شہادت کی موت مرے گا۔

(فتاوی خانیہ جلد نمبر 1 صفحہ نمبر 678)

(مرسلہ: ماسٹر محمد ایوب۔ چھتراتونسہ، ضلع ڈیرہ غازی خان)

بے اولاد شخص کے لیے ایک مجرب بہترین اور آزمودہ نسخہ

اگر کسی شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو، عورت تندرست ہو مگر مرد میں کمی ہو ایسا مرد یہ نسخہ استعمال کرے انشاء اللہ ضرور افاقہ ہو گا۔ **نسخہ یہ ہے:** "(1) سفید موصلی 6 تولے (2) سالم مصری 6 تولے (3) اسبغول کا چھلکا 20 تولے (4) تال مکھانا 6 تولے" ان سب کو پیس کر کل چودہ پڑیاں بنالیں ہر روز ایک پڑیا، گائے کے دودھ کے ساتھ سات دن تک کھائیں۔ پھر سات دن تک دوائی کا ناغہ کریں اس کے بعد پھر باقی سات پڑیاں سات دن تک کھائیں۔ پڑیاں کھانے کے دوران میاں بیوی آپس میں پرہیز رکھیں (مرسلہ: بنت اظہار الحق۔ گلشن راوی لاہور)

بعض خاص باتیں

ابن سعد نے عمران بن عبداللہ بن طلحہؓ کی زبانی لکھا ہے کہ ایک رات حضرت حسنؓ نے خواب دیکھا کہ میری دونوں آنکھوں کے درمیان "**قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ**" لکھا ہوا ہے۔ صبح کو یہ خواب اہل بیت نے سنا تو بہت مسرور ہوئے۔ لیکن سعید بن مسیب نے سن کر کہا کہ اگر آپ کا خواب سچا ہے تو آپ کی زندگی تھوڑے دنوں کی رہ گئی ہے۔ چنانچہ تھوڑے ہی دنوں بعد آپؓ نے جام شہادت نوش فرمایا۔

بیہقی وابن عساکر نے ہشام کے والد محمد کی زبانی لکھا ہے حضرت حسنؓ کو حضرت امیر معاویہؓ ایک لاکھ سالانہ پنشن دیا کرتے تھے۔ ایک سال پنشن نہ ملنے سے حضرت حسنؓ کی معاشی حالت بہت زیادہ گرگئی تو آپ نے قلم دوات منگوا کر اپنے حالات امیر معاویہؓ کو لکھنے چاہے لیکن کچھ سوچ کر تحریر سے ہاتھ کھینچ لیا۔ اسی رات رسول اکرم ﷺ نے پوچھا حسنؓ کیسے ہو؟ میں نے عرض کیا ابا جان، بخیریت ہوں البتہ مالی پریشانیاں دامن گیر ہیں۔ ارشاد نبوی ﷺ ہوا تم نے قلم دوات اس لیے منگوائی تھی کہ اپنی ضرورتوں کا اپنی ہی جیسی مخلوق کی طرف اظہار کرو۔ میں نے عرض کیا جی ہاں یا رسول اللہ ﷺ واقعہ تو یہی تھا۔ اب آپ فرمائیے کیا ترکیب کروں؟ ارشاد گرامی ہوا، یہ دعا پڑھا کرو۔

ترجمہ: "اے اللہ میرے دل میں اپنی آرزو پیدا کر دے اور دوسروں سے میری تمنائیں اس طرح ختم کر دے کہ میں کسی سے پھر تیرے سوائے امید وابستہ نہ رکھوں۔ اے اللہ میری قوتوں کو کمزور نہ بنا، میرے نیک اعمال کو کوتاہ نہ کر، مجھ سے اعراض نہ فرما، اپنے فضل وکرم سے توفیق وتوکل کی ایسی قوت عطا فرما کہ کسی مخلوق کے پاس اپنی حاجت نہ لے جاؤں۔ تو ہی میرے مسائل کو حل کر، اور مجھے وہ سب کچھ دے دے جواب تک کسی گذشتہ یا آئندہ شخص کو نہیں دیا۔ اے رب العالمین مجھے یقین کی دولت سے بھی مالا مال کر دے۔ آمین یارب العالمین۔"

بخدا میں نے یہ دعا ایک ہفتہ تک بھی نہ پڑھی تھی کہ امیر معاویہؓ نے پانچ لاکھ میرے پاس بھیج دیئے جس پر میں نے اللہ کا شکر ادا کرتے ہوئے کہ تمام تعریفیں اللہ ہی کے لیے ہیں جو اپنے یاد کرنے والے کو کبھی فراموش نہیں کرتا اور مانگنے والے کو محروم وناامید نہیں کرتا۔ جس دن یہ روپے آئے اسی رات میں نے خواب میں دیکھا کہ رسول اللہ ﷺ مجھ سے پوچھ رہے ہیں حسنؓ کیسے ہو؟ میں نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ بخیریت ہوں اس کے بعد پورا قصہ بیان کیا تو سرور عالم ﷺ نے فرمایا اے بیٹے! اللہ سے امید وابستہ کرنے اور مخلوق سے التجا نہ کرنے کا یہی نتیجہ ہے۔

طیوریات میں سلیم بن عیسیٰ کوفی قاری کے حوالہ سے تحریر ہے حضرت حسنؓ جب بوقت وفات گھبرانے لگے تو حضرت حسینؓ نے فرمایا یہ گھبراہٹ کیسی؟ آپ تو رسول اکرم ﷺ اور حضرت علیؓ کے پاس جا رہے ہیں جو آپ کے والد بزرگوار ہیں۔ اپنی نانی حضرت خدیجۃ الکبریٰؓ، اپنی والدہ حضرت فاطمہؓ اپنے ماموں قاسم وطاہر، اور اپنے چچا حضرت حمزہؓ وجعفرؓ سے ملنے جا رہے ہیں۔ یہ سن کر حضرت حسنؓ نے جواباً کہا پیارے بھائی! میں اس امر الٰہی میں داخل ہونے والا ہوں جہاں پہلے نہیں گیا اور اس مخلوق الٰہی کو دیکھ رہا ہوں جس کو اب سے پہلے کبھی نہیں دیکھا تھا۔ ابن عبدالبر نے لکھا ہے حضرت حسنؓ نے مرض موت کی حالت میں حضرت حسینؓ سے کہا اے بھائی! رسالت

ما ب ﷺ کی رحلت کے بعد حضرت ابوبکرؓ، حضرت عمرؓ، خلیفہ ہوئے پھر مجلس شوریٰ میں یقین تھا کہ حضرت علیؓ کو خلافت ملے گی۔ لیکن حضرت عثمانؓ خلیفہ بنائے گئے اور ان کی شہادت کے بعد حضرت علیؓ خلیفہ بنائے گئے۔ پھر تلواریں نکل آئیں اور ہم نے خلافت کو خیرباد کہا کیونکہ کوئی تصفیہ ہی نہ ہوا تھا اور مجھے دکھائی دے رہا ہے کہ بخدا امامت وخلافت اب ہمارے خاندان میں نہ رہے گی اور یقین ہے کوئی بیوقوف تم کو خلیفہ بنائیں گے لیکن پھر کوفہ سے بدر کردیں گے۔ میں نے حضرت عائشہؓ سے خواہش کی تھی کہ وہ رسول اللہ ﷺ کے پہلو میں مجھے دفن ہونے کی اجازت دیدیں چنانچہ انہوں نے اجازت بھی سرفراز فرمائی۔ لیکن میری وفات کے بعد پھر دوبارہ اجازت طلب کرلینا۔ گمان غالب ہے کہ مکرر اجازت دہی میں کچھ لوگ مخالفت کریں گے ان کی مخالفت کی موجودگی میں تم زیادہ اصرار کرکے اجازت نہ مانگنا۔ الحاصل امام حسنؓ کی وفات کے بعد حضرت حسینؓ نے ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ سے دوبارہ اجازت چاہی۔ آپؓ نے فرمایا اجازت ہے اور مکمل اجازت ہے۔ لیکن مروان حائل ہوا۔ جس پر حضرت حسینؓ اور آپ کے ساتھیوں نے ہتھیار سنبھال لئے۔ مگر حضرت ابوہریرہؓ نے بیچ بچاؤ کرادیا اور آخرکار حضرت حسنؓ کو آپؓ کی والدہ ماجدہ حضرت فاطمہؓ کے پہلو میں بمقام جنت البقیع میں سپرد خاک کیا گیا۔ (مرسلہ: محمد احمد۔ لاہور)

ٹانگ کٹنے سے کیسے بچ گئی

جناب عالی بندہ کو تقریباً 2 سال پہلے ٹانگ کے اوپر والے حصے میں درد ہوا اور ساتھ ہی سردی سے بخار ہونا شروع ہو گیا۔ کافی علاج کروایا مگر آرام نہ آیا اس دوران دم وغیرہ بھی کافی کروائے، کئی درباروں پر بھی گیا ہوں۔ لیکن آرام نہیں آیا۔ مجھے سمبڑیال میں ایک ڈاکٹر نے کہا آپ سول ہسپتال ڈسکہ (ہڈی والے ڈاکٹر) کو چیک کروائیں ان سے بھی چیک کروایا اور علاج بھی کروایا۔ کافی انٹی بائیوٹک دوائیں بھی کھائیں مگر آرام نہیں آیا۔ وقتی درد بند ہوتی بعد میں پھر شدید درد شروع ہو جاتی تھی اور حکیموں سے دیسی علاج بھی کروایا مگر مرض بڑھتا گیا، آرام نہ آیا۔ پھر بندہ کرسچین ہسپتال سیالکوٹ گیا ڈاکٹروں نے علاج کیا، 4-3 دفعہ چیک کروایا لیکن آرام نہیں آیا۔ بعد میں ڈاکٹر نے ہڈی کے سرجن کے پاس بھیج دیا۔ ہڈی کے سرجن ڈاکٹر آرسن نے علاج شروع کیا۔ کافی رپورٹیں لیں ESR اور ایکسرے کروائے۔ مجھے اتنا مرض نے تنگ نہیں کیا جتنا میں رپورٹیں اور ایکسرے کروا کرواکر تنگ ہوگیا۔ جس ڈاکٹر کے پاس گیا اس نے پچھلی بات سنی نہیں اپنی مرضی سے ایکسرے کروانے شروع کر دیئے۔ آخر جب آرام نہیں آیا تو ڈاکٹر آرسن نے کہا اگر آرام نہیں آیا تو میں اپریشن کرکے چیک کروں گا کہ کیا وجہ ہے۔ کرسچن ہسپتال کے ڈاکٹر نے T.B کا علاج شروع کردیا جب T.B کا علاج شروع کیا تو تکلیف زیادہ بڑھ گئی اور میں تڑپتا ہوا جب دوبارہ ڈاکٹر آرسن کے پاس گیا تو ہسپتال کی نرسیں مجھے اندر ڈاکٹر کے پاس نہیں جانے دیتی تھی لیکن آخرکار ڈاکٹر صاحب نے مجھے کو دیکھا اور دوائی لکھ کردی اور کہا کہ مزید دو دن دوائی کھانے کے بعد آنا۔ لیکن دو دن دوائی کھانے کے بعد بھی میری درد میں تکلیف کم نہ ہوئی۔ جناب حکیم صاحب مجھے جب یہ دردناک بات یاد آتی ہے تو میری آنکھوں سے آنسو جاری ہو جاتے ہیں اور جب اللہ تعالیٰ کے حضور پیش ہوتا ہوں تو حکیم صاحب آپ کی درازی عمر کی دعا کرتا ہوں جس طرح آپ پریشان مخلوق کی بے لوث خدمت کررہے ہیں اللہ تعالیٰ ہی آپ کو اس کا اجرعظیم دے سکتے ہیں۔ میں اس کے بعد سول ہسپتال سیالکوٹ چلا گیا وہاں ہڈی کے سرجن کو چیک کروایا انہوں نے ایکسرے کروانا شروع کردیے اور پھر کہا کہ لاہور سے M.I.R کروا کرلا دیں۔ لیکن جو دوائی انہوں نے دی اس سے درد کی شدت کم ہوگئی مجھے کچھ سکون ہوگیا۔ میں لاہور گیا، بڑی مشکل سے تلاش کیا اور M.I.R والوں نے مجھے ایسی مشین میں بند کردیا جیسے بندہ کو قبر میں چھوڑ آئے ہوں اور وہاں ایسی ڈراؤنی قسم کی آوازیں آتی تھیں۔ جیسے کسی کا جن نکالا جارہا ہے۔ بندہ کو 45 منٹ بعد اس قبر سے نکالا گیا۔ جتنی دیر میں قبر میں رہا میرے والد صاحب نے میرے پاؤں کے انگوٹھے کو پکڑ رکھا۔ کہیں جان نہ نکل جائے۔ جب M.I.R ٹیسٹ کروانے کے بعد ڈاکٹر نے علاج شروع کیا جو اینٹی بائیوٹک رہ گئے تھے وہ بھی دینے شروع کردیئے۔ مجھ کو گلوکوز کی بوتل بھی لگائی جس سے مجھے کچھ آرام ملا۔ ڈاکٹر نے مجھے اپنے ہسپتال میں مزید 3 دن رکھا اور خون کی بوتل بھی لگائی اور ساتھ ساتھ دوائیاں بھی کھانے کو دیتا رہا۔ لیکن جب علاج بند کیا پھر اس طرح ہوگیا۔ دوبارہ علاج کیا پھر علاج کے ساتھ ورزش بتلائی کہ ٹانگ کو ایسے کرنا ہے ایسے نہیں کرنا ایسے اوپر اٹھانا ہے، ایسے نیچے کرنا ہے، ایسے اکٹھی کرنی ہے اور ایسے اونچی کرنی ہے۔ جب علاج ختم ہوگیا تو درد پھر شروع ہوگیا اور ٹانگ کے اوپر والے حصے میں سوج ہوگئی جو آہستہ آہستہ بڑھتی گئی اور میں جھک کر چلنے لگا۔ ایک ٹانگ اوپر اور ایک نیچے سکڑ گئی تھی۔ اپنی زندگی کا خطرہ تھا یا مجھے یہ بھی خطرہ لگا کہ اگر میری ٹانگ کا اپریشن کیا گیا تو میری ٹانگ کٹ جائے گی۔ کیونکہ مجھے میرے دوستوں نے بتلایا تھا کہ کافی لوگوں کی ایسے ٹانگ کٹ چکی ہے۔ ڈاکٹر آرسن نے کہا تھا کہ آپکی ٹانگ اگر ٹھیک نہیں ہوئی تو آپریشن کروں گا۔ جناب حکیم طارق محمود صاحب اب میں آتا ہوں آپ کے نسخے کی طرف جو میں نے میگزین میں پڑھا تھا۔ وہ میگزین مجھے مل گیا مجھے خیال آیا کہ یہ نسخہ استعمال کیا جائے میں نے ''اجوائن، کلونجی اور آک کی جڑ کا چھلکا'' لاکر باریک کیا اور اور 5 گرام 4 دفعہ دن میں کھانا شروع کیا اور ٹھیک ہوگیا۔ (حوالہ کے لیے کلونجی کے کرشمات کتاب پڑھیں) وہ بخار جو 5 ماہ سے مسلسل علاج سے ٹھیک نہیں ہو رہا تھا ختم ہوگیا اور درد بھی ختم ہوگیا لیکن سوجن ابھی باقی تھی۔ میں نے آپ سے رابطہ کیا اور اپنی ساری صورت حال بتائی تو آپ نے مجھے سنڈھ، اسگند، بکھرا، باریک کرکے 2 ماہ تک کھانے کا مشورہ دیا۔ میں نے دو ماہ اس نسخہ کو استعمال کیا تو اس سے مجھے بہت زیادہ افاقہ ہوا۔ دو ماہ کے بعد پھر آپ سے رابطہ کیا اس دوران سوج مکمل طور پر نہیں اتری تھی۔ آپ نے مزید دو ماہ یہی نسخہ استعمال کرنے کو کہا۔ جس کو میں نے مزید دو ماہ استعمال کیا اور بالکل ٹھیک ہوگیا۔ پھر میں نے دوائی چھوڑ دی، اب جب میں خط لکھ رہا ہوں دوائی کو چھوڑے تقریباً ایک سال ہوگیا ہے اور میں بالکل ٹھیک ہوں اور M.A کررہا ہوں۔ جناب حکیم صاحب اللہ تعالیٰ کی مہربانی اور نبی پاک ﷺ کی برکت کہ آپ نے میری زندگی بچائی ہے اللہ تعالیٰ آپ پر اور آپ کے اہل خانہ پر رحم کرے۔ دعا کرتا ہوں اور کرتا رہوں گا۔
(مرسلہ: محمد حسین آصف۔ کوٹھی پردھان سنگھ تحصیل سمبڑیال ضلع سیالکوٹ)

پرانی بواسیر، قبض اور دردیں

گگل اور گُو پرانا ہم وزن کی گولیاں چنے کے برابر بنا کر 2 گولیاں صبح 2 گولیاں شام دیں، بہت فائدہ ہوگا۔ مجھے خود ایک سال سے یہ تکلیف تھی۔ نسخہ استعمال کرنے سے یہ تکلیف دور ہوگئی۔ بے شمار آدمیوں کو یہی نسخہ دیا، خوب فائدہ ہوا۔ عبقری نے بخل شکنی کی رسم توڑی ہے، میں اپنے سینے کا راز دے رہا ہوں ورنہ کسی کو نہ دیتا (مرسلہ: ماسٹر حضور بخش۔ لیاقت پور)

اہم اعلان قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

جسم آگ سے جل گیا ہو: جسم کا جو حصہ آگ سے جل گیا ہو وہاں انڈے کی سفیدی لگائیں۔ اس طرح سوزش رہے گی اور نہ آبلہ پڑے گا

(**بقیہ: آپ اپنے بچوں کے دشمن تو نہیں**) اور آپ تمام تر کوشش کے باوجود ریت کے ذروں کو نیچے گرنے سے نہیں روک سکتے۔ جب بھی بڑے اپنی تمام تر تعلیم، تربیت اور تجربات کے باوجود اپنے منہ کو ماضی کے کڑوے اور کسیلے ذائقے سے نہیں بچا سکتے، تو ذرا سوچیں کہ بچے تو پھر بچے ہیں۔ قدرت نے ان کی فطرت میں تحیر اور تجسس کا مادہ ودیعت کیا ہوتا ہے۔ ہماری ہر بات ان کی سوچوں میں مدوجذر پیدا کرتی اور انکے ذہنوں میں یہ سوال اٹھاتی ہے کہ ہم نے ان سے وہ بات کیوں کی...... خواہ اس بات یا انداز میں ان کے لیے محبت، اپنائیت اور عزت کے جذبات پوشیدہ ہوں یا اس سے نفرت، حقارت اور عداوت جھلک رہی ہو۔ یاد رکھیے کہ بڑوں کی ہر بات بچوں کے جذبات کو مشتعل اور نفسیات کو منتشر کرتی ہے۔ ان کی شخصیت میں پختگی اور تعمیری پن اسی وقت پیدا ہو سکتا ہے جب انہیں دیا جانے والا ماحول خود اپنی جگہ ذہنی، جذباتی اور نفسیاتی ہم آہنگی کی اعلیٰ مثال ہو، بصورتِ دیگر بچوں کے ساتھ ہمارے تعلقات میں اگر ہمارے رویے کی مستقل تبدیلیاں آتی رہیں تو پھر بچوں کی شخصیت اور نفسیات میں ایسے خلا رہ جاتے ہیں۔ جنہیں پر کرنا آسانی سے ممکن نہیں ہوتا۔ بچوں کو مارنا، پیٹنا اور ڈانٹنا ہمارے معاشرے میں خاصا عام ہے۔ خصوصاً دیہات، قصبوں اور غیر تعلیم یافتہ غریبوں اور مزدور پیشہ افراد میں یہ ایک عام مشغلہ ہے لیکن اس مشغلے سے پڑھے لکھے، دولت مند اور باثروت لوگ بھی نہیں بچ پاتے۔ بچہ اسکول جاتے ہوئے ہچکچا رہا ہے یا شام میں کھیل کود کے بعد دیر سے گھر آرہا ہے، تو اسے مار پڑنے لگے گی۔ دوسرے بچوں سے لڑ بیٹھا ہے یا کوئی شرارت کر بیٹھا ہے، تو اسے مار پڑے گی۔ کوئی چیز توڑ دی، کپڑے گندے کر لیے تو وہ مار یا ڈانٹ سے نہیں بچ سکتا۔ پڑھائی میں سستی اور کاہلی کا مظاہرہ کرے یا بڑوں سے بدتمیزی اور بدتہذیبی کے ساتھ پیش آئے تو پھر ان کی خیر نہیں۔ غرضیکہ اَن گنت بہانے بچوں کو مار پیٹ اور ڈانٹ کا نشانہ بناتے ہیں۔ ان بہانوں میں سوتیلے ماں باپ اور عزیز رشتہ داروں کا سلوک، بڑے ... بھائیوں اور استادوں کا رویہ بھی چیزیں شامل ہیں۔ بچوں کے حوالے سے اس سلوک اور رویے کو ماہرین نفسیات نے جسمانی ایذا کا نام دیا ہے جو ایک دن ... بچے سے لے کر اٹھارہ بیس سال تک کے افراد کو اپنی گرفت میں لے سکتا ہے۔ والدین، اساتذہ اور دیگر بڑے، بچوں کے ساتھ اس طرح کا رویہ کیوں رکھتے ہیں؟ یہ الگ بحث ہے کیونکہ اس کے حوالے سے بھی علم نفسیات میں کئی توجیحات اور معروضات پیش کی گئی ہیں۔

بچوں کے ساتھ بڑوں کے ناروا سلوک کی ایک اور شکل بھی ہے جسے نفسیات کے ماہرین جذباتی ایذا کا نام دیتے ہیں۔ یہ بھی کوئی نیا یا کمیاب مسئلہ نہیں، ہمارے اردگرد اس نوعیت کے واقعات ہوتے رہتے ہیں۔ پھر بھی اللہ کا احسان ہے کہ مغربی معاشرے اور تہذیب کی بہ نسبت ہمارا معاشرہ بڑی حد تک اس مسئلے سے بچا ہوا ہے۔ ایسا کیوں ہوتا ہے اور اس کے نتیجے میں بچوں کی نفسیات پر کس طرح کے منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں؟ یہ بھی ایک الگ بحث ہے۔ زیر بحث موضوع کا تعلق اس مسئلے سے ہے جسے ماہرین نفسیات نے جذباتی ایذا کا نام دیا ہے۔ اسکا شکار ہونے والے بچوں کی شخصیت عموماً ادھوری اور ناپختہ رہتی ہے۔ بار بار ایک ہی بات جب ان کے ذہنوں میں بٹھا دی جائے کہ وہ گندے ہیں، برے ہیں، نالائق ہیں، بدتہذیب اور بدتمیز ہیں، غرضیکہ جب ان کی شخصیت کے ساتھ بار بار منفی صفات منسوب کر دی جائیں تو نہ صرف اپنی ذات پر سے ان کا اعتماد اٹھ جاتا ہے بلکہ وہ دوسروں پر بھی اعتبار کرنے سے گھبراتے اور کترانے لگتے ہیں۔ ان کے ذہن میں یہ بات گرہ بن کر بیٹھ جاتی ہے کہ وہ دوسرے لوگوں سے کم تر ہیں اور ان کے اندر کسی قسم کی مثبت خوبی نہیں پائی جاتی اور یہ کہ وہ کبھی بھی اچھے انسان نہیں بن سکتے یہ باتیں ان کے ذہن میں طرح طرح کے سوال جنم دیتی ہیں جن کا تسلی بخش جواب حاصل کرنے کے لیے بچے کسی سے رجوع کرتے ہوئے بھی گھبراتے ہیں۔ نتیجے میں جوں جوں وہ بڑے ہوتے ہیں، توں توں ان کی شخصیت پیچیدہ اور متضاد خیالات میں الجھی چلی جاتی ہے۔ ایک وقت وہ آتا ہے جب وہ اپنے ذہن میں برپا اس مستقل جنگ سے تنگ آکر یا تو کلی طور پر فرار کا راستہ ڈھونڈ لیتے ہیں۔ یعنی باقی ماندہ لوگوں سے کٹ کر طرح طرح کی ذہنی اور نفسیاتی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں یا پھر ان کے اندر کی جنگ انھیں چڑچڑا اور غصیلا بنا دیتی ہے اور وہ ہر وقت اپنے اردگرد کے افراد سے الجھنے اور لڑنے لگتے ہیں۔ اس سے نہ صرف ان کی اپنی زندگی متاثر ہوتی ہے۔ بلکہ وہ اپنے ساتھ رہنے اور ساتھ کام کرنے والے افراد کی زندگیاں بھی دوبھر کر دیتے ہیں۔ چونکہ بچپن میں انہوں نے ہمیشہ اپنے آپ کو منفی کردار کے حوالے سے سنا ہوتا ہے لہذا بڑے ہونے کے بعد ان کے لاشعور میں یہ ڈر اور خوف یقین کی حد تک چھپا ہوتا ہے کہ اب ان کے تعلقات جن لوگوں سے بھی استوار ہوں گے وہ انہیں برا سمجھیں گے اور برا ہی کہیں گے۔ یہ ڈر اور خوف دیگر افراد سے ان کے تعلقات کو بری طرح مجروح کرتا ہے اور بعض اوقات یہ صورت سامنے آجاتی ہے کہ وہ از خود دیگر افراد سے نفرت کرتے ہیں اور ان کے کردار کی منفی خصوصیات کو اجاگر کرنے لگتے ہیں اس سے انہیں وقتی ذہنی سکون تو حاصل ہوتا ہے لیکن آخرکار وہ اپنے اندر پرورش پانے والے نفرت اور حقارت کے جراثیم دوسروں میں منتقل کر دیتے ہیں۔

یہ بات اگر ہمارے ذہن میں آجائے، تو ہم یقیناً کسی بھی بچے کو جذباتی ایذا پہنچانے اور اس پر طنز و تشنیع کے تیر برسانے سے پہلے یقیناً یہ سوچیں گے کہ اس طرح ہم نہ صرف ایک بچے کے مستقبل کو نفسیاتی الجھنوں کے سپرد کر رہے ہیں بلکہ اس بچے کے ذریعے کئی اور افراد کی زندگیاں بھی داؤ پر لگا رہے ہیں۔ ہم میں سے کوئی بھی شعوری طور پر یقیناً یہ نہیں چاہتا کہ وہ اپنے بچوں کی نفسیات کو استحکام بخشنے کی بجائے اضطراب میں مبتلا کر دے۔ یہ بات ہم سب کے اختیار میں ہے کہ اپنی باتوں اور اپنے کردار سے بچوں کو کبھی بھی اس بات کا احساس نہ ہونے دیں کہ وہ برے، کم تر اور حقیر ہیں۔ غصہ سب کو آتا ہے لیکن بچے بچے ہوتے ہیں، ان سے نفرت و حقارت کے ساتھ پیش آنا، ان کی حرکتوں اور شرارتوں کو مستقل منفی انداز میں ان کے سامنے پیش کرنا ہمیں قطعاً زیب نہیں دیتا۔ یقین کیجئے یہ بہت آسان ہے کہ ہم اپنی زبان سے انگارے اگلنے کے بجائے محبت، اپنائیت اور عزت کے ساتھ ان پھولوں کی آبیاری کریں۔ یہ ہم پر منحصر ہے کہ ہم اپنے گھر کے آنگن میں خوشبو پھیلی ہوئی دیکھنا چاہتے ہیں یا ....

(**بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ**) الفت حسین جعفری حیدری کوئٹہ سے لکھتے ہیں میرا پیارا عبقری مجھے بہت کچھ دے رہا ہے۔ میں بے روزگار تھا پھر میں نے یہ روحانی محفل پڑھنی شروع کی، خوب دل لگا کر وظیفہ کیا۔ مجھے روزگار مل گیا۔ پھر مجھے اکثر سر کے دائیں طرف درد رہتا تھا سوچا کہ وظیفے سے روٹی مل گئی ہے تو صحت بھی ملنی چاہیے۔ خیر میں نے صحت کے لیے یہ وظیفہ پڑھا کئی دنوں تک کرتا رہا، مجھے صحت مل گئی۔

اطہر محمود چاندی نے شکاگو امریکہ سے لکھا کہ والد صاحب کے پاس یہ رسالہ پڑھنے کو ملا۔ میں ایک بہت اچھی کمپنی میں جاب چاہتا تھا کئی انٹرویو دیے لیکن ناکام پھر سفارش کی کوشش بھی کی لیکن کام نہ بنا۔ میری نظر اس روحانی محفل پر پڑی میں نے اس کو پڑھا اور رو رو کر پڑھا۔ اندر ایک اطمینان سا محسوس ہوا کہ ضرور اللہ تعالیٰ کے ہاں فیصلہ ہوگا۔ واقعی میرا کام ہوگیا۔ کمپیوٹر کی عالمی کمپنی میں اپنی خواہش کے مطابق ملازمت مل گئی۔

موت کے بعد انکشاف

''اپنے دس ہزار درہم مجھ سے لے لو اور قرض دار کو ابھی اسی وقت رہا کر دو'' ساتھ ہی اس شخص کو اس کے اخفا کی بھی تاکید کی

(انتخاب: چوہدری منیر۔ فیصل آباد)

محمد بن عیسیٰ کا بیان ہے کہ حضرت عبداللہ بن مبارکؒ شہر طرطوس آتے جاتے رہتے تھے۔ راستے میں رقہ پڑتا تھا وہاں ایک سرائے میں قیام کرتے تھے۔ یہاں ایک نوجوان تھا جو سرائے میں قیام کی مدت میں حضرت عبداللہ بن مبارکؒ کی خدمت کرتا اور ان کی ضرورتوں کا خیال رکھتا اور ان سے حدیث کا سماع کرتا تھا۔ ایک دفعہ ایسا اتفاق ہوا کہ ابن مبارکؒ رقہ کی اس سرائے میں حسب معمول قیام پذیر ہوئے تو آپ کو وہ نوجوان نظر نہیں آیا دریافت کرنے پر معلوم ہوا کہ قرض کی وجہ سے اسے گرفتار کر کے جیل بھیج دیا گیا ہے۔ آپ نے پوچھا ''وہ کتنی رقم کا مقروض ہے؟'' لوگوں نے بتایا دس ہزار درہم کا۔ آپ نے تلاش کے بعد صاحب قرض کو رات کے وقت بلایا اور کہا کہ ''تم اپنے دس ہزار درہم مجھ سے لے اور اس نوجوان کو رہا کر دو'' ساتھ ہی اس شخص کو اس کے اخفا کی بھی تاکید کی۔ یہ خطیر رقم ادا کرنے کے بعد حضرت ابن مبارکؒ شب ہی میں وہاں سے روانہ ہو گئے۔ وہ نوجوان رہا ہوا تو لوگوں نے اسے بتایا کہ حضرت ابن مبارکؒ تھوڑی دیر پہلے اسی سرائے میں ٹھہرے ہوئے تھے اور وہ غالباً دو یا تین منزل کی مسافت پر پہنچے ہوں گے۔ یہ سن کر نوجوان بھاگا اور آخرکار انہیں جا لیا۔ حضرت ابن مبارکؒ نے اس کا حال دریافت کیا تو اس نے کہا میں قید میں تھا کہ ایک شخص سرائے میں مقیم ہوا اس نے میری طرف سے قرض ادا کر دیا اور میں رہا ہو گیا۔ اور لطف یہ ہے کہ میں اس شخص کو جانتا بھی نہیں ہوں کہ کون ہے اور کہاں سے آیا ہے۔ راوی کا بیان ہے کہ حضرت عبداللہ بن مبارکؒ کی وفات تک کسی پر اس راز کا افشا نہیں ہوا۔

☆☆☆ تین دوست ☆☆☆

علم، دولت اور عزت ایک مقام پر جمع ہوئے، جب رخصت ہونے لگے تو ان کے درمیان کچھ اسطرح گفتگو ہوئی آیئے سنتے ہیں۔

علم: میں جا رہا ہوں، اگر مجھ سے ملنا ہو تو عالموں کی محفل میں تلاش کرنا۔

دولت: میں جا رہی ہوں اگر مجھ سے ملنا ہو تو امیروں کی محفل میں تلاش کرنا۔

عزت: عزت نے جواب دیا، افسوس جب میں ایک بار چلی جاتی ہوں تو واپس نہیں آتی۔ (مرسلہ: عمیمہ کوثر، عمارہ فضل۔ احمد پور شرقیہ)

(بقیہ: طالب علم دراصل جن تھا)

لیکن ایک دن گلی میں بین کی آوازیں آنی شروع ہوگئیں۔ اتنے میں چار پانچ سپیرے اور آگئے جب بین کی آواز آنا شروع ہوئیں تو وہ (جن) لڑکا غائب ہوگیا (یعنی کوٹھری کی طرف کھسک گیا) اور پھر مقابلہ شروع ہو گیا۔ ان سپیروں میں ایک صاحب جو کہ راجپوتانہ سے آئے تھے۔ بین بجانے میں بہت ماہر تھے۔ مسلسل بین بجا بجا کر استاد سپیرے کے گال پھولے ہوئے تھے مختصر قصہ سانپ نے جھومنا شروع کردیا۔ سپیرا پٹاری آگے کرتا رہا لیکن سانپ پٹاری میں جانے کو کسی طرح تیار نہ تھا۔ پھر سپیرے نے پینترا بدلا جب آخری دفعہ پٹاری سانپ کے آگے کی تو سانپ نے چھلانگ لگا کر پٹاری میں پناہ لی اور سپیرے نے پٹاری پر ڈھکنا ڈھک دیا۔ دوسرے لوگ بڑے حیران کہ ان سپیروں نے مشکل سے سانپ کو قابو کرلیا ہے۔ لیکن پریشان صرف میاں جی تھے اور سپیرے خوش۔ جب سپیرے جانے لگے تو میاں جی کو ہوش آیا اور ان سپیروں کے ہاتھ سے پٹاری چھیننے والے انداز سے زبردستی چھین لی اور پٹاری کوٹھری کی طرف اچھال دی۔ پٹاری گرنے سے کھل گئی اور میاں جی کا شاگرد پٹاری سے بھاگ نکلنے میں کامیاب ہوگیا اور غائب ہوگیا۔ سپیرے بڑے غصہ اور بڑے گرم ہوئے مگر میاں جی نے ان کو راضی کرلیا اور انہیں کہا کہ یہ صرف تمہارا امتحان لینا مقصود تھا ورنہ یہ سانپ تو ان بچوں سے بڑا مانوس ہے اس نے آج تک کسی بچے کو کوئی نقصان نہیں پہنچایا اور نہ ہی ان کو ڈرایا۔ بہر حال ان سپیروں کو اس وقت غالباً -/50 روپے انعام دیا اور وہ خوش ہو کر چلے گئے۔ یہ واقعہ 1935 یا 1940ء کا ہے۔ جس وقت 2 تولے سونا -/50 روپے کا آتا تھا۔

اب آیئے اس لڑکے (جن) کی طرف جس سے میاں جی نے پوچھا برخوردار یہ کیا ہوگیا تھا کہ فوراً پٹاری میں کود گئے۔ جن نے کہا کہ یہ جو ہندوستان سے سپیرا آیا تھا۔ یہ واقعی استاد اور ماہر فن تھا اس نے بین میں کوئی ایسا منتر پڑھا کہ میرے چاروں طرف آگ ہی آگ ہوگئی تھی میں جس طرف جاتا ہر طرف آگ ہی آگ تھی سمجھ میں نہیں آرہا تھا کہ کدھر جاؤں اور آگ کی تپش سے میرا بدن بری طرح جھلس رہا تھا اور تاؤ مسلسل بڑھ رہا تھا۔ میں اتنا پریشان ہوگیا تھا کہ مجھے سانپ بننے کی کیا سوجھی ناگہانی مجھے ایک کونے میں سبزہ دکھائی دیا اور میرے دل نے کہا کہ یہی ہے میری پناہ گاہ (سبزہ، چمن نخلستان) اور میں اسے پناہ سمجھتے ہوئے اس نخلستان میں کود گیا اور اور...... یوں میں نے قید خانہ میں چھلانگ لگادی تھی اور اس پٹاری میں قید ہوگیا۔ بھلا ہو آپ کا حضرت آپ نے اتنی بڑی رقم دیکر مجھے ان کی قید سے رہائی دلائی۔

اس واقعے میں ایک بات راقم الحروف کی طرف سے یہ ہے کہ جب کوئی کسی مصیبت میں گرفتار ہوتا ہے اور ہر طرف آگ ہی آگ ہوتی ہے اور وہ اپنی دانست میں جب کودتا ہے تو وہ اسی (جن) لڑکے کی طرح پٹاری میں قید ہوجاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ صبر کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین ثم آمین۔

(بقیہ: اکیسویں صدی اور عبادات کی ورزش)

(5) نماز ایک بہترین (Warm Up) ورزش ہے۔ پانچ، چھ گھنٹے لیٹنے اور سونے سے تمام جسم کے عضلات تن کر اکڑ جاتے ہیں۔ زیادہ دیر تک ایک پوزیشن میں رہنے سے بھی پٹھے اکڑ جاتے ہیں۔ نماز ان اکڑے اور تنے ہوئے پٹھوں کو نرم کرکے واپس اپنی اصلی حالت پر لے آتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ لمبی لمبی راتوں میں نماز تہجد کا قیام انسان کو ہر قسم کی دماغی، جسمانی اور روحانی الجھنوں سے نجات بخشتا ہے۔

نماز اور نظام ہضم: نظام ہضم کی بہتر کارکردگی کے لیے نماز ایک اہم معاون کی حیثیت رکھتی ہے۔ آج انسان بے دریغ سوڈا واٹر پینے کا محتاج کیوں ہوگیا ہے؟ اس لیے کہ اس کے نظام ہضم کی ورزش ختم ہوچکی ہے۔ اس کا معدہ گیس سے بھرا رہتا ہے۔ یقیناً ایک بوتل پیپسی پینے سے اتنی ڈکاریں خارج نہیں ہوتیں جتنی ایک نماز پڑھنے سے طبیعت ہلکی ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ رمضان میں تراویح پڑھنے کے بعد انسان دوبارہ سحری میں کھانا کھانے کے قابل رہتا ہے۔ آج کل کے دور میں جہاں افطاری بہت انہماک سے تیار کی جاتی ہے۔ 20 رکعت سنت تراویح تو فرض نماز کی طرح پڑھنی چاہیے۔

(بقیہ: سورۂ یٰسین کے آزمودہ کمالات و مشاہدات)

اور انہوں نے رات ہمارے ساتھ ٹھہرنے کا ارادہ ظاہر کیا۔ اب جماعت میں کل پندرہ آدمی تھے۔ جن کی افطاری اور سحری کا انتظام کرنا تھا۔ میں بہت ہی پریشان بیٹھا تھا۔ امیر صاحب سے مشورہ کیا انہوں نے میری پریشانی دیکھ کر کھانا پکانے کا چارج لے لیا اور مجھے اور میرے ایک ساتھی کو ساتھ والے جنگل میں جانے کو کہا۔ وہاں سے ہمیں تھوڑے سے جنگلی شہتوت اور زیتون زمین پر پڑا ہوا ملا اٹھا کر لے آئے اور افطاری اس سے کی۔ اب امیر صاحب نے مجھ سے کہا کہ جو کچھ میں کروں آپ دیکھتے رہیں پوچھیں نہیں کہ کیا کررہے ہو اور جو کہوں وہ کرو۔ امیر صاحب نے دو بڑے دیگچے پانی سے بھر کر چولہوں پر چڑھا دیئے ایک میں ایک چھٹانک دال چنا اور دوسرے میں دو چھٹانک کے قریب چاول ڈال کر کچھ پڑھنا شروع کیا اور کھانا تیار ہونا شروع ہوگیا۔ مغرب کی نماز کے بعد دستر خوان لگایا گیا اور پندرہ ساتھیوں نے پیٹ بھر کر کھانا کھایا۔ سحری کے وقت بھی امیر صاحب کچھ پڑھ رہے تھے۔ اور دونوں دیگچے چولھوں پر چڑھے ہوئے تھے چنانچہ سحری بھی پندرہ ساتھیوں نے پیٹ بھر کر کھائی۔ فجر کی نماز اور دوسرے اعمال سے فارغ ہوکر جب میں نے دیگچے کھولے تو ان میں دال اور چاول ابھی تک بچے ہوئے تھے۔ جب سب معمولات سے فارغ ہوگئے تو امیر صاحب نے بتایا کہ آپ کتابوں میں تو پڑھتے ہیں کہ جہاں کھانا کم ہونے کا ڈر ہو سورۂ یٰسین شریف پڑھو آج لوگوں نے اس کا عملی نمونہ دیکھ لیا۔

(بقیہ: سیاہ کاری سے پرہیزگاری تک)

مگر کسی کی کہی ہوئی اچھی بات بھی انسان کا دل بدلنے کے لیے معاون ہو سکتی ہے۔ آپ کی وجہ سے کسی ایک شخص نے بھی ہدایت کی روشنی پائی اور سیدھے راستے پر چل نکلا تو یقین جانیے گا کہ زندگی کا مقصد پورا ہوگیا اور زندگی رائیگاں ہونے سے بچ جائے گی۔ نفسانفسی کے اس دور میں بہت کم ایسے لوگ ہیں جو دوسروں کے لیے سوچیں اور ان کی بہتری کے لیے کوئی قدم اٹھائیں۔ آیئے بارش کے پہلے قطرے کی طرح ہمت کر کے پہل تو کریں کہ قطرہ قطرہ مل کر دریا ہوتا ہے۔

اب آدمی آدمی نظر نہیں آتا چراغ فکر جلاؤ کہ تیرگی ہے بہت

(بقیہ: جنسی توانائی کے لیے ورزش اور صحیح غذا کی اہمیت)

چنانچہ بعض خوشبوؤں اور رنگوں کو جنسی اشتعال اور تحریک کے لیے صدیوں سے استعمال کیا جارہا ہے۔ مشرق میں "اگر" کے علاوہ دیگر کئی عطریات کی مالش اور استعمال کے علاوہ سرخ عروسی جوڑے کی یہی اہمیت ہے۔ سرخ رنگ سے اس طاقت کو تحریک ملتی ہے اور مخصوص خوشبوئیں جذبات کو تیز کر دیتی ہیں۔ اس طرح روشنی خاص طور پر ہلکی گلابی روشنی نہ صرف آنکھوں کو بھلی لگتی ہے بلکہ اس سے جلد بھی زیادہ پرکشش ہوجاتی ہے۔ محبت بھرے لمس کا اپنا جادو ہے۔ قدرتی آوازیں مثلاً جھرنوں کا ترنم، آبشاروں کی آواز وغیرہ کے ٹیپ اب بڑی آسانی سے حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ ڈاکٹر واٹسن کے مطابق سب سے زیادہ مقوی باہ شے جسم کی خوشبو ہے۔ بدن کی خوشبو بڑی محرک ہوتی ہے اور یہ بڑی مختلف بھی ہوتی ہے۔ ایک بو تو وہ ہے جو گھبراہٹ اور پریشانی کی وجہ سے آنے والے پسینے کی ہوتی ہے اور یہ کشش نہیں رکھتی، دوسری وہ بو ہے کہ جو شریک حیات کے جسم سے خارج ہوتی رہتی ہے۔ سائنس ان خوشبوؤں کو "فیرومونز" کا نام دیتی ہے۔ ان میں فرق کرنا بہت مشکل ہوتا ہے۔ ہر شخص کی اپنی خوشبو ہوتی ہے جسے اس کا گہرا ساتھی ہی محسوس کرسکتا ہے۔ انگلی کی لکیروں کی طرح ہر ایک کے بدن کی اپنی الگ خوشبو ہوتی ہے۔ آپ مشرق میں عطریات کی اہمیت جانتے ہیں۔ اب مغرب بھی گلاب، چنبیلی، صندل، الائچی، لونگ، مشک وغیرہ کی خوشبو کو بڑی اہمیت دے رہا ہے۔ چنانچہ ان پر مشتمل آفٹر شیو لوشن، پرفیوم وغیرہ بھی وہاں تیار ہورہے ہیں۔ جہاں تک مقوی باہ غذاؤں کا تعلق ہے، بقول ڈاکٹر واٹسن ہر انسانی معاشرہ ان کی اہمیت کو جانتا ہے اور انہیں اس مقصد کے لیے استعمال کرتا ہے۔ مثلاً مشرق بعید میں دریان نامی پھل کو صدیوں سے نہایت مقوی باہ قرار دیا جاتا ہے۔ مقوی باہ غذاؤں کی بڑی طویل فہرست ہے۔ مغرب نے اب تحقیق کے ذریعے سے مقوی باہ حیاتین اور معدنی نمکیات کا کھوج بھی لگایا ہے، وہاں ایسے امینو ایسڈز کا کھوج بھی لگا ہے، جو غددی اور اعصابی نظام کو مستحکم رکھتے ہیں۔ ڈاکٹر واٹسن حسب ذیل حیاتین روزانہ کھانے کی ضرورت پر زور دیتے ہیں:-

حیاتین ب الف (بی ۱) یعنی تھایامین، روزانہ ۱۰۰ ملی گرام

حیاتین ب ۲ (بی ۲) یعنی رائبوفلیوین، روزانہ ایک سے ۲ ملی گرام

حیاتین ب ۵ (بی ۵) یعنی پینٹو تھینک ایسڈ، ۵۰۰ سے ۱۰۰۰ ملی گرام روزانہ۔ حیاتین ب ۶ (بی ۶) یعنی پائری ڈوکسن، روزانہ ۵۰ گرام سے زیادہ نہ کھائیں۔ حیاتین ب ۱۲ (بی ۱۲) یعنی سایانوکوبالامین، روزانہ ۵ سے ۵۰ مائیکروگرام۔ فولک ایسڈ، روزانہ ۴۰۰ گرام مائیکروگرام۔ حیاتین ج (وٹامن سی) ۲۰۰۰ ملی گرام روزانہ۔ حیاتین الف (وٹامن اے) زرد پھلوں اور سبزیوں سے روزانہ ۱۰۰۰۰ سے ۲۵۰۰۰ یونٹ۔ حیاتین ھ (وٹامن ای) ۱۰۰ یونٹ روزانہ سے شروع کرکے ۶۰۰ سے ۱۰۰۰ یونٹ روزانہ تک

درج ذیل معدنی نمکیات کا جنسی توانائی سے بڑا گہرا تعلق ہوتا ہے:

☆ جست (زنک)، ۱۵ سے ۳۰ ملی گرام روزانہ ☆ کیلشیم، مردوں کے لیے روزانہ ۱۰۰۰ اور خواتین کے لیے ۱۵۰۰ یونٹ محفوظ ہوتے ہیں ☆ کرومیم، روزانہ ۵۰ سے ۲۰۰ مائیکروگرام ☆ آئیوڈین ۱۵۰ مائیکروگرام روزانہ (پوٹاشیم آیوڈائڈ سے) ☆ میگنیزیم، ۲۰۰ سے ۴۰۰ ملی گرام روزانہ ☆ مینگنیز، ۵ ملی گرام سے ۱۰ ملی گرام روزانہ ☆ سیلینیم ۵۰ سے ۲۰۰ مائیکروگرام روزانہ

(بقیہ: آئیں مل کرشوہر کا خانہ خراب کریں)

کہ اس کا تعاقب کیا جارہا ہے۔ یہ احساس اسے پاگل کردے گا۔ لیجئے، ایک پنتھ دو کاج۔ ''صاحب'' کا ذہنی سکون بھی چھینا اور اچھا خاصا مشغلہ بھی ہاتھ آگیا (7) ماہرین صحت کی متفقہ رائے ہے کہ مردوں کے لیے قوت بخش ناشتا بہت ضروری ہے۔ ذرا غور کیجئے آپ کے شوہر کو ناشتے میں کیا ملتا ہے؟ ناشتے میں ''مناسب'' تبدیلیاں کیجئے۔ دن چڑھے سو کر اٹھیے تا کہ ناشتا تیار کرنے میں دیر ہو جائے اور شوہر کو خالی پیٹ کام پر جانا پڑے۔ ناشتا نہ ملنے سے وہ دن بھر افسردہ اور مضمحل رہے گا (8) ازدواجی زندگی کو ناخوشگوار بنانے کے لیے ضروری ہے کہ آپ اپنے اندر قربانی اور ایثار کے جذبات پیدا نہ ہونے دیں۔ یہ دونوں اوصاف گھر کو جنت کا نمونہ بنا سکتے ہیں۔ جہاں تک ممکن ہو، ان سے بچئے۔ شوہر کی ذات کو اپنی ذات سے الگ کیجئے، آپ کو بھلا کیا پڑی کہ اس کے آرام کی خاطر اپنے آپ کو تکلیف دیں (9) اگر شوہر کے والدین آپ کے ساتھ رہتے ہیں، تو اس سنہری موقع سے فائدہ اٹھایئے۔ ذرا سی کوشش کرکے آپ گھر میں ہنگامہ کھڑا کر سکتی ہیں۔ اس ہنگامے کا سب سے برا اثر شوہر پر ہوگا۔ کیونکہ دو مخالف طاقتیں اسے مختلف سمتوں میں کھینچیں گی۔ ایک جانب ماں باپ اور بہن بھائی ہوں گے اور دوسری جانب بیوی اور بچے۔ یہ ذہنی کشمکش اسکی صلاحیتوں کو نیست و نابود کردے گی۔ بات کا بتنگڑ بنایئے اور خاطر خواہ نتائج حاصل کیجئے۔ (10) مجموعی طور پر شوہر کے ساتھ ہمدردی یا محبت کے بجائے غصے اور ناراضگی کا اظہار کیجئے۔ اس کے چال چلن کو شک کی نظر سے دیکھئے۔ کسی رات دیر سے گھر آئے، تو الٹے سیدھے سوالوں سے پریشان کرنے کا موقع ہاتھ سے نہ گنوایئے۔ ''عقلمند'' بیویاں ایسے موقعوں پر کچھ اس قسم کے جملے استعمال کرتی ہیں۔ ''میں کہتی ہوں اس وقت گھر آنے کی کیا ضرورت تھی؟ جہاں اتنی رات گزری ہے، وہیں سو رہتے۔ توبہ ہے! میری تو اس گھر میں آکر قسمت ہی پھوٹ گئی۔ جانے وہ کون سی منحوس گھڑی تھی جب آپ سے شادی ہوئی تھی۔ غارت ہو وہ نامراد جس نے آپ کا دل بیوی بچوں سے پھیر دیا ہے۔ یہ دن دیکھنے سے پہلے موت آجاتی تو اچھا تھا۔'' دیر سے آنے کی وضاحت کرنا چاہے، تو سننے سے انکار کر دیجئے۔ یہ بات طے ہے کہ وہ غلط بیانی سے کام لے رہا ہے۔ ہر شخص کو اپنی ذات عزیز ہوتی ہے۔ اس کی کمزوریاں خوب اچھالیے۔ ان مشوروں پر عمل کریں گی تو آپ کے شوہر کا خانہ خراب ہو کر رہے گا۔

(بقیہ: لیموں سے پچاس بیماریوں کا آزمودہ علاج)

(15) کیڑے مکوڑوں کے زہر کے اثر کو لیموں کا رس پلانے اور کاٹی گئی جگہ پر لگانا بے حد مفید ہوتا ہے اس سے زہر کا اثر دور ہو جاتا ہے (16) لیموں کا سونگھنا نزلہ کو بند کرتا ہے (17) اگر لیموں کے رس کو چاکسو میں حل کر کے جست کے برتن میں رگڑ کر آنکھوں میں لگایا جائے تو آشوب چشم کے لیے بے حد مفید ہے۔ (18) بینائی کی کمزوری، آنکھوں کی سرخی اور دھند وغیرہ کو دور کرنے کے لیے آب لیموں آدھ پاؤ کانسی کے برتن میں بانس کی لکڑی سے روزانہ چار گھنٹے تک رگڑتے رہیں۔ آٹھویں دن سرمہ کی مانند خشک ہو جائے گا۔ اگر تھوڑی بہت نمی رہ جائیگی تو پھر کم دھوپ میں خشک کر کے بطور سرمہ استعمال کریں۔ بہت مفید ہے۔ (19) تازہ لیموں کے چھلکوں سے روغن لیموں تیار کیا جاتا ہے۔ جو کہ پیٹ کی گیس میں بے حد مفید ہے (20) بیرونی ممالک میں لیموں کے چھلکوں سے مربہ بناتے ہیں۔ جس کو ماملیڈ کہتے ہیں۔ جو بچوں کی پسندیدہ چیز ہے۔ (21) لیموں کا اچار بڑھی ہوئی تلی کے لیے مفید ہوتا ہے (22) چاولوں کو ابالتے وقت اگر ایک چمچہ لیموں کا رس اس میں نچوڑ دیا جائے تو چاول خوش رنگ اور خوشبودار بنتے ہیں (23) روسٹ اشیاء پر اگر لیموں نچوڑ کر کھایا جائے تو کھانے کا ذائقہ اچھا ہو جاتا ہے اور کھانا بھی جلدی ہضم ہو جاتا ہے (24) مچھلی کی بو دور کرنے کے لیے اس پر لیموں مل کر رکھنا چاہیے اس سے مچھلی خوش ذائقہ بھی پکتی ہے (25) لیموں کے چھلکوں سے دانت صاف کرنے سے کبھی دانت درد کی شکایت نہیں ہوتی (26) اگر نکسیر کثرت سے ہوتی ہو تو جس وقت نکسیر ہو رہی ہو تو فوراً لیموں کے چند قطرے دونوں نتھنوں میں لٹا کر ڈالنے سے فوراً بند ہو جاتی ہے اور پھر دوبارہ کبھی نکسیر نہیں ہوتی (27) وزن کم کرنے کے لیے لیموں کا رس دو چمچے، شہد دو چمچے ایک گلاس پانی میں ملا کر صبح نہار منہ پینا بہت مفید ہے۔ دو ہفتے کے مسلسل استعمال سے وزن میں خاصی تبدیلی آجاتی ہے۔ اگر سردی کا موسم ہو تو نیم گرم پانی میں شہد اور لیموں حل کر کے پئیں (28) سر دھونے کے بعد اگر لیموں کا رس ملا کر پانی دوبارہ بالوں میں لگایا جائے اور تولیے سے خشک کر لیا جائے تو بالوں میں چمک آجاتی ہے (29) سلاد والی سبزیاں مثلاً پودینہ وغیرہ اگر مرجھا جائیں تو لیموں کا رس ملا پانی ان پر چھڑکنے سے دوبارہ تازہ ہو جاتی ہے (30) لیموں مصفی خون ہے (31) سوزش اور پیشاب کی تکلیف کو فائدہ دیتا ہے (32) داد کی جلدی بیماری پر اگر لیموں کا رس دس گرام، تلسی کے پتوں کا رس دس گرام ملا کر لگانے سے ایک ہفتہ کے اندر داد جڑ سے غائب ہو جاتی ہے (33) اگر کان بہتے ہوں تو ایک چٹکی سہاگہ کا سفوف کان میں ڈال کر پھر دو قطرے لیموں کے رس کے ڈالے جائیں تو کان بہنا بند ہو جائیں گے (34) لیموں کا رس ایک چھٹانک معہ ہم وزن پانی ملا کر دن میں تین دفعہ غرارے کرنے سے منہ کی بدبو فوری طور پر ختم ہو جاتی ہے اگر کسی وجہ سے منہ کی بدبو دور نہ ہو تو پھر فوری طور پر دانتوں کے ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے اور دانتوں کی مکمل صفائی کروانی چاہیے (35) خارش خشک و تر کی صورت میں لیموں کا رس پانچ گرام، عرق گلاب دس گرام اور چنبیلی کا تیل پندرہ گرام، تینوں ملا کر خارش والی جگہ پر لگانے سے چند روز میں افاقہ ہو جائے گا (36) درد گردہ میں لیموں کا رس دس گرام، سہاگہ ایک گرام، شورہ قلمی ایک گرام اور نوشادر ایک گرام، تینوں کو لیموں کے رس میں حل کر کے درد کے وقت استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے (37) آگر آنکھ کا درد ہو تو نصف لیموں پر سندھور چھڑک کر اس طرف کے پیر کے انگوٹھے پر باندھنا ایک روز میں درد کو ختم کر دیتا ہے (38) لیموں جراثیم کا خاتمہ کرتا ہے اگر بواسیری مسوں پر لگایا جائے تو وہ جلدی ٹھیک ہو جاتے ہیں اور پھوڑے پھنسیوں پر لگانے سے زخم جلدی مندمل ہو جاتے ہیں (39) لیموں کا رس بیسن میں ملا کر چہرے پر لگانے سے داغ، دھبے دور ہو جاتے ہیں (40) لیموں کا رس بیرونی طور پر جلد کو نرم اور حسین بناتا ہے (41) بعض دفعہ لیموں کے رس کو شہد میں ملا کر چٹانے سے کھانسی ٹھیک ہو جاتی ہے (42) لیموں کا تازہ رس سر سے لیکر پاؤں تک پوری جسمانی مشینری کو اوور ہال کرتا ہے اور اس کا اعتدال کے ساتھ استعمال صحت و مسرت کا ضامن ہے (43) اگر دانتوں سے خون آتا ہو تو ایک عدد لیموں کا رس، ایک گلاس نیم گرم پانی اور شہد دو بڑے چمچے ملا کر روزانہ غرارے کرنے سے یہ بیماری دور ہو جاتی ہے اس کو پائیوریا کی بیماری بھی کہتے ہیں۔ (44) گردے اور مثانے کی چھوٹی موٹی پتھری کو لیموں کی سکنجبین نکال دیتی ہے (45) پیٹ ہلکا اور نرم کرتا ہے اور قبض کشا بھی ہوتا ہے (46) بعض لوگوں کا خیال ہے کہ لیموں تیزابیت پیدا کرتا ہے لیکن یہ درست نہیں ہے بلکہ تیزابی مادوں کو خارج کرتا ہے، البتہ بہت زیادہ استعمال مناسب نہیں (47) سکروی کی مرض (یہ مرض خون کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے) اس مرض میں مسوڑھے سوج جاتے ہیں، جسم پر سیاہ داغ پڑ جاتے ہیں اور جسم میں مسلسل درد رہتا ہے، لیموں کے مسلسل استعمال سے شفا ہوتی ہے (48) لیموں میں فاسفورس، فولاد، پوٹاشیم اور کیلشیم کی وافر مقدار ہوتی ہے جو انسانی صحت کے لیے ضروری ہے۔ **نوٹ:** لیکن ان تمام تر خوبیوں کے باوجود زیادہ مقدار میں لیموں کا استعمال نقصان دہ ہے، لیموں کا تیز محلول دانتوں کے لیے مضر ہے اور لیموں کی زیادہ ترشی پٹھوں میں درد کا باعث ہو سکتی ہے، لہٰذا اس کا مناسب حد تک یعنی اس کو مقررہ مقدار تک کھانا ہی مفید ہے۔

(بقیہ: جمادی الاخریٰ میں لاکھوں نیکیوں کا حصول)

اور اس کے بعد اگر ایک مرتبہ بعد نماز فجر اور ایک مرتبہ بعد نماز مغرب پڑھنے کا معمول بنا لے تو بہت بہتر رہے گا۔

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوْبَنَا بَعْدَ اِذْ هَدَيْتَنَا وَ هَبْ لَنَا مِنْ لَّدُنْكَ رَحْمَةً ۚ اِنَّكَ اَنْتَ الْوَهَّابُ ○ رَبَّنَآ اِنَّكَ جَامِعُ النَّاسِ لِيَوْمٍ لَّا رَيْبَ فِيْهِ ؕ اِنَّ اللّٰهَ لَا يُخْلِفُ الْمِيْعَادَ ○

اے ہمارے پروردگار! ہمارے دلوں کو ہدایت کرنے کے بعد (غلط راستے پر) نہ پھیرا اور اپنے پاس سے ہم کو رحمت عطا فرما بیشک تو ہی دینے والا ہے۔ اے ہمارے پروردگار تو ایک دن جس (کے آنے) میں (کسی طرح کا) شبہ ہی نہیں لوگوں کو (عمال کی جزا سزا کے لیے) اکٹھا کرے گا (تو اس دن ہم پر تیری مہربانی کی نظر رہے) بے شک اللہ تعالیٰ وعدہ خلافی نہیں کرتا۔

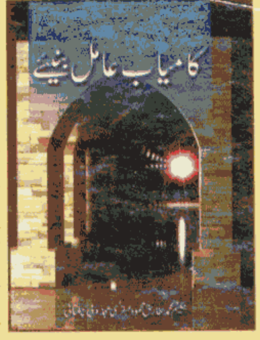
منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر اور خط پر پتہ نامکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

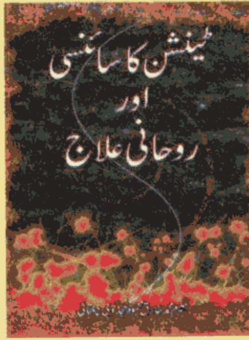
(بقیہ: کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال)

اگر ایسا شخص ڈاکٹر یا حکیم ہو تو مریض کے بدن کو ایکسرے کی طرح مشاہدہ کر سکتا ہے۔ ''یا بصیر'' کے لغوی معنی ''دور تک دیکھنے والی ذات کے ہیں'' سورۃ شوریٰ میں ہے کہ ''اللہ تعالیٰ ہر شے کو دیکھنے والا ہے'' ہم اللہ تعالے کی قدرت سمع و بصر کا ادراک نہیں کر سکتے۔ فی زمانہ لوگ ''اسم اعظم'' کی تلاش میں ہیں۔ ہر شخص اس کا متلاشی ہے کہ اس کے ہر مسئلے کا حل نکالنے کے لیے کوئی کنجی ہو جو اسے بھی کامیابی کا راستہ دکھا دے۔ مگر میرا نظریہ ہے کہ اگر ہم اسلام کے اصولوں پر چلیں اور اللہ تعالیٰ کا کوئی بھی اسم یا قرآن کی کوئی بھی آیت صدق دل سے پڑھیں تو میرے خیال میں ہر اسم اور ہر آیت ہی اسم اعظم کا درجہ رکھتی ہے۔ ضرورت صرف اس امر کی ہے کہ ہمارے دل نفاق سے پاک ہوں اور اخلاص کے ساتھ پڑھا جائے تو کبھی ناکامی نہ ہوگی۔ (ان شاءاللہ) آزمائش شرط ہے۔

خارش زدہ جگہ پر ٹھنڈک پیدا کرنے کی ترکیب: ناریل کے تیل میں کافور ملا کر خارش زدہ جگہ پر لگایئے تو تھوڑی دیر میں ٹھنڈک پڑ جائے گی



ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل، عامل کوئی کوئی، کامل کوئی نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام بیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہبر میسر نہیں آیا۔ یقین جانیے یہ کتاب ایک رہبر اور راہنما اور بامقصد ساتھی ہے جو ہر جگہ آپ کے کام آئے لوگ جو عامل بننا نہیں چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف و عملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے (قیمت-/180 روپے، رعایتی قیمت-/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



ٹینشن، ڈیپریشن اور مایوسی اس وقت عالمگیر مرض ہے۔ لوگ طرح طرح کی رنگ برنگی ادویات اور گولیاں کھا کر تھک گئے ہیں۔ حتیٰ کہ عالم یہ ہے کہ اب دواؤں نے بھی اثر کرنا چھوڑ دیا ہے۔ ایسی حالت میں کہ جب ٹینشن کی گولی کھائے بغیر دن نہ گزرے اور گولی کے بغیر رات سویا نہ جائے۔ اس کسمپرسی کی حالت میں یہ تحقیق جس میں ٹینشن کا سائنسی، نفسیاتی، معاشرتی اور روحانی علاج آپ کے ہاتھوں میں ہے۔ اس کتاب کی تحقیق سے اب تک لاتعداد ٹینشن میں مبتلا، چین اور سکون کی زندگی پا چکے ہیں عجیب بات یہ ہے کہ ایسے انوکھے ٹوٹکے اور تجربات ہیں کہ کرنے میں آسان اور آزمانے میں بالکل کامیاب۔ آپ بھی یہ کتاب پڑھ کر اپنے جنسی، نفسیاتی اور گھریلو مسائل اور ٹینشن سے چھٹکارا پا سکتے ہیں۔

(قیمت-/180 روپے، رعایتی قیمت-/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

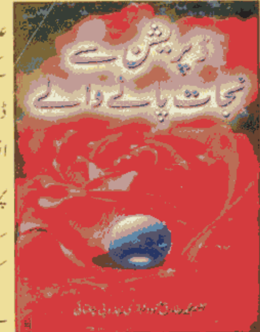


کائنات ایک راز ہے یہ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ بھید کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور بھرپور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف دل کی دنیا جیتنے والے ہی پا سکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ باکمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت ازبام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدردان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روحوں سے ملاقات کرواتا ہے آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روحوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

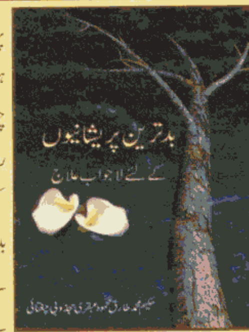
(قیمت-/180 روپے، رعایتی قیمت-/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



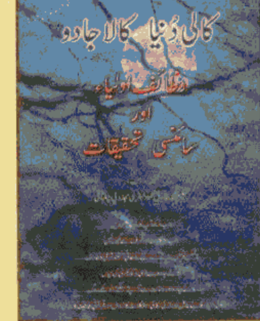
کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور دربدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے کچھ قدم قبرستانوں ویرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی ہے اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات ناقابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات یکجا کیے ہیں۔ ہر شخص پراسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے عروج پانے اور بے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے دربدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں وہ ہوا نہیں لگنے دیتے اور یہ بے مراد لوٹتا ہے ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہنچانے والے بھی (قیمت-/180 روپے، رعایتی قیمت-/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



عالم انسانیت پریشان اضمحلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے آخر اس ڈیپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور آزمائے نہایت کامیاب نتائج سامنے آئے۔ وہ سب نتائج اس کتاب میں سمو دیئے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ ہے جس سے آپ ڈیپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈیپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوئے۔ (قیمت-/180 روپے، رعایتی قیمت-/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



پریشانیاں نڈھال کر دیں یا مایوس۔ لیکن ایسے لوگ ہمیشہ کامیاب ہوتے ہیں جو اللہ تعالیٰ کی چوکھٹ نہیں چھوڑتے۔ یہ کتاب اسی چوکھٹ کو چھونے، پانے اور پھر لینے کا بہترین وسیلہ ہے۔ زیارت رسول ﷺ کے بارے میں سنا تو بہت تھا اور یقین بھی تھا۔ لیکن اس کتاب میں ایسے وظائف ہیں جو آپ کے یقین کو کامل یقین میں بدل دیں گے اور اللہ والوں کی ایسی ایسی دعائیں جن کو اللہ والوں نے اپنی زندگی میں استقامت کے ساتھ پڑھا اور اس سے بہت سے فوائد حاصل کیے۔ یقین جانیئے اس کتاب کو پڑھنے کے بعد عمل کرنے والے کی پریشانیاں ختم اور خوشحال زندگی کا آغاز ہوگا۔ آیئے اس کتاب کے اوراق الٹیئے اور دل کو شادمان کریں۔ (قیمت-/120 روپے، رعایتی قیمت-/75 روپے علاوہ ڈاک خرچ)



حسد کا دور اور ایمان کا زوال ہو تو کالے جادو کا عروج ہوتا ہے۔ اس کا خاتمہ گھر بیٹھے بغیر نقصان کے ہر مرد و عورت کر سکتا ہے۔ 623 عنوانات کے تحت ایسے راز، اس 1300 صفحات کی کتاب میں پڑھیں۔ نسلوں کے لے انسائیکلوپیڈیا ہیں۔ ہنومان، کالی دیوی اور الوتنتر کے جادو کو راکھ کر سکتے ہیں۔ بندش، رکاوٹ کو ترقی میں بدل سکتے ہیں۔ شادیوں میں رکاوٹ کے آسان وظائف اور عملیات۔ جنات سے دوستی کرنے کے طریقے، جنات کی عمریں، صحابیؓ جنات اور جنات کی زندگی کے خفیہ راز جو پہلی بار شائع ہوئے ہیں، روزگار کی مشکلات، گھریلو ناچاقی، ترقی میں رکاوٹ، اولاد کی نافرمانی، باہر جانے میں رکاوٹ، کاروباری زوال، نظر بد، جادو کالا یا نوری کی مکمل کاٹ، حاسدین اور دشمن کے شر سے حفاظت شوہر کو راہِ راست پر لانے اور مشکل سے مشکل مسائل، مقدمات اور جیل سے خلاصی کی انوکھی تراکیب اور وظائف۔ مزید ایک عامل کی ذاتی عملیات کی ڈائری جو 1918ء کے بعد شائع نہ ہوئی۔ یہ روحانی اور جسمانی بیماریوں کے رازوں کا مجموعہ ہے۔ اس کے علاوہ اور بہت کچھ جو آپ جاننا چاہیں۔

انمول کتاب کی رعایتی قیمت 40 فی صد ڈسکاؤنٹ کے ساتھ-/180 روپے علاوہ ڈاک خرچ کر دی گئی ہے جبکہ اصل قیمت-/300 روپے ہے۔

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ عبقری® لاہور

25

جولائی 2008ء بمطابق رجب المرجب 1429ھ

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ 15 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- حضور اقدس ﷺ نے متعدد نکاح کیوں فرمائے؟
- چہرے کی جھریاں ختم
- چکوترہ کھانے سے دماغ مقوی اور سینہ صاف
- بیوی.......! آپ سے کیا چاہتی ہے؟
- سلام سے گھریلو مشکلات کا حل
- ہائی بلڈ پریشر اور جادو اثر دوا کا تحفہ
- جنات نے گھڑے کا پانی انڈیل دیا
- رجب المرجب کے روزے اور نوافل
- جنسی زندگی میں نوجوانوں کے لیے بنیادی راہنمائی
- غم و فکر کے لیے علامہ آلوسیؒ کا ورد

عبقریٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 1 جلد نمبر 3 جولائی 2008ء بمطابق رجب المرجب 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان — جولائی 2008ء

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی
پی۔ایچ۔ڈی، امریکہ

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے اندرون ملک سالانہ 180 روپے بیرون ملک سالانہ 40 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرسالانہ -/180 روپے ہے۔اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تا کہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تا کہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملنے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی کی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تین مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website:www.ubqari.net
Email:ubqari@hotmail.com

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

بدگمانیوں سے بچو

ایمان والو! بہت سی بدگمانیوں سے بچا کرو کیونکہ بعض گمان گناہ ہوتے ہیں (اور بعض جائز بھی ہوتے ہیں جیسے اللہ تعالیٰ کے ساتھ اچھا گمان رکھنا تو اس لیے تحقیق کرلو ہر موقعہ اور ہر معاملے میں، بدگمانی نہ کرو) اور (کسی کے عیب کا) سراغ مت لگایا کرو اور ایک دوسرے کی غیبت نہ کیا کرو، کیا تم میں کوئی اس بات کو پسند کرتا ہے کہ اپنے مرے ہوئے بھائی کا گوشت کھائے اس کو تو تم برا سمجھتے ہو اور اللہ تعالیٰ سے ڈرتے رہو (اور توبہ کرلو) بے شک اللہ تعالیٰ بڑے معاف کرنے والے (اور) مہربان ہیں (سورۃ الحجرات آیت نمبر 12)

فرمانِ رسول ﷺ

خلوص اور وفاداری

حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: بے شک دین خلوص اور وفاداری کا نام ہے۔ بیشک دین خلوص اور وفاداری کا نام ہے، بیشک دین خلوص اور وفاداری کا نام ہے۔ صحابہؓ نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! کس کے ساتھ خلوص اور وفاداری! ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ کے ساتھ، اللہ تعالیٰ کے رسول کے ساتھ، اللہ تعالیٰ کی کتاب کے ساتھ مسلمانوں کے حاکموں کے ساتھ اور ان کے عوام کے ساتھ۔ (نسائی)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

دس روپے روزانہ

میری والدہ محترمہ رحمۃ اللہ کا وصال 25 اکتوبر بروز سوموار 1999ء کو ہوا۔ تعزیت کے لیے لوگ آرہے تھے۔ ایک شخص والد مرحوم کے جاننے والے بھی، تعزیت کے لیے تشریف لائے۔ دورانِ گفتگو کہنے لگے کہ پہلے آپ کے والد فوت ہوئے تھے اب والدہ فوت ہوگئی ہیں۔ بس ایک نصیحت کرتا ہوں اس کا خیال رکھنا اور پھر اپنی قمیض ہٹا کر جسم پر پڑے مار کے نیلے خطرناک اور دردناک نشان دکھائے۔ کہنے لگے کہ میرے بیٹوں نے ملکر مجھے مارا ہے، گھر سے نکال دیا ہے۔ منت کے بعد گھر کا ایک پرانا ٹوٹا ہوا کمرہ (جس میں ہم کتا باندھتے تھے) دیا اور 10 روپے روزانہ دینے کا وعدہ کیا ہے۔ روکر کہنے لگے کہ اصل میں قصور میرا ہے۔ غریب ماں باپ کا بیٹا تھا شروع سے دولت مند بننے کا شوق تھا۔ میں نے اس کاروبار میں ہاتھ ڈالا جس میں بہت زیادہ بچت کا چرچا سنا تھا۔ چونکہ مطلوب دولت تھی اس لیے پھر اسمیں حلال حرام ملاوٹ وغیرہ سب کچھ کیا۔ خوب مال کمایا، چار شادیاں کیں لیکن چین نہ ملا۔ ایک وقت یہ آیا کہ چھوٹی بیوی میری سب سے بڑی بیوی کے بیٹے سے اندرونی طور پر گناہ میں ملوث ہوگئی۔ بہت کوشش کی لیکن چھوٹی بیوی بڑے بیٹے کو چھوڑنے کو تیار نہیں بلکہ دھمکی دیتی ہے کہ اگر مجھے اس لڑکے کو چھوڑنے کا اصرار کیا گیا تو مٹی کا تیل ڈال کر آگ لگادوں گی۔ اولاد پڑھ کر جوان ہوگئی ہے۔ ان کی شادیاں کردیں ہیں لیکن کوئی مجھے پوچھتا نہیں۔ اگر زیادہ کوئی بات کروں تو مار پڑتی ہے اور وہ گھر جسے میں نے پیسہ پیسہ جوڑ کر بنایا تھا، اسی گھر سے مجھے نکال دیتے ہیں۔ بس میری نصیحت ہے کہ اگر اولاد کو حلال مال سے پالا اور طیب رزق کی فکر کی تو پھر یہ اولاد نعمت اور زندگی کا سکون ورنہ بربادی اور بدحالی ہے۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

بندہ کی یہ ندامت اور پشیمانی، رزق کو ایسے لاتی ہے جیسے بارش ہوتی ہے اور مصیبتوں کو ایسے ٹلواتی ہے جیسے بارش زمین کو دھو دیتی ہے۔

اللہ پاک ستر ماؤں سے زیادہ انسان سے پیار کرتے ہیں

میرے محترم ساتھیو! آپ نے اکثر سنا ہوگا فلاں نے والدہ کی نافرمانی کی اور پھر معافی مانگ لی۔ دوسری دفعہ پھر نافرمانی کی اور بعد میں معافی مانگی۔ ماں نے معاف کر دیا۔ تیسری دفعہ نافرمانی کرنے کے بعد جب معافی مانگی تو ماں نے معاف کرنے سے انکار کر دیا۔ بڑی مشکلوں سے، کئی بزرگوں کی سفارش کروا کر معافی مانگی۔ اس کے بعد جب پھر نافرمان ہوا تو ماں نے کہہ دیا کہ میں اس کو اپنا دودھ نہیں بخشوں گی اور اس کو میرے جنازے پر نہ آنے دینا۔ پانچ یا دس دفعہ نافرمانی کرنے پر ماں تو دودھ نہ بخشے۔ مگر سو سال عمر رکھنے والا بندہ جو گناہوں، نافرمانیوں میں لتھڑا ہوتا ہے۔ جب ستر ماؤں سے زیادہ محبت کرنے والے رب کے سامنے ایک دفعہ دل سے کہتا ہے کہ یا اللہ مجھے معاف کر دے تو وہ رب بندے کی اس ندامت اور استغفار کو اتنا پسند کرتا ہے کہ اپنے دامنِ رحمت میں اُسکو سمیٹ لیتا ہے اور بندہ کی یہ ندامت اور پشیمانی، رزق کو ایسے لاتی ہے جیسے بارش ہوتی ہے اور مصیبتوں کو ایسے ٹلواتی ہے جیسے بارش زمین کو دھو دیتی ہے۔

ایک شخص اعلان کر رہا تھا۔ لوگو میرے پاس وہ چیز ہے جو رب کے پاس نہیں ہے۔ لوگوں کو اس کی یہ بات گراں گزری۔ لوگ اسے پکڑ کر وقت کے قاضی کے پاس لے گئے۔ کہنے لگا کہ فیصلہ کرنے سے پہلے میری بات سن لے اور پھر وہی نعرہ دہرایا کہ میرے پاس جو ہے وہ رب کے پاس نہیں۔ قاضی نے کہا کہ تجھے خبر ہے کہ تو کیا کہہ رہا ہے؟ تیرے پاس اس بات کا کیا جواز ہے؟ اس شخص نے جو جواب دیا وہ حیرت انگیز ہے۔ کہنے لگا میرے پاس ندامت ہے اور میرے رب کے پاس ندامت نہیں ہے۔ اگلی بات سنیں اس سے بھی عجیب و غریب بات۔ میرے مرشد، حضرت علی ہجویریؒ کو اباحضور کہتے تھے کیوں کہ میرے مرشد، حضرت علی ہجویریؒ کے خاص حسب، نسب اور آل سے تھے اور ہجویر کے تھے۔ پھر دہلی منتقل ہو گئے اور فرماتے تھے کہ میرے ابا نے مجھے یہ بات بتائی ہے کہ جس شخص کے پاس صرف ندامت ہوگی۔ اس کے پاس وہ ہوگا جو رب کے پاس ہے۔ نہیں سمجھے اللہ جل شانہ کے پاس ساری کائنات ہے مگر اللہ پاک کے پاس ندامت نہیں ہے۔ اگر یہ بندہ چاہتا ہے کہ میرے پاس ساری کائنات ہو اور ساری کائنات سے مراد ساری کائنات کے خزانے ہوں۔ بس وہ ایک کام کر لے کہ وہ لے لے جو اللہ کے پاس نہیں ہے اور وہ ہے ندامت۔ اس کے بدلے اللہ جل شانہ وہ دیدے گا جو اس کے پاس نہیں ہے۔ یعنی دنیا اور آخرت کے خزانے۔ اللہ پاک چاہے تو چلتے چلاتے بندے کو ایک پل میں اٹھا کر پھینک دے اور بیمار کر دے۔ تندرست آدمی کی آنکھ اندھی کر دے۔ میں جب اسلام آباد میں کلینک کرتا تھا تو میرے پاس اٹک سے ایک خاتون آئیں اور بتانے لگی کہ ایسے بیٹھے بیٹھائے دونوں آنکھیں اندھی ہو گئیں۔ ڈاکٹر کہتے ہیں پیچھے جو رگیں تھیں وہ سکڑ گئی ہیں اور اس کا علاج دنیا میں کہیں نہیں ہے۔ اللہ پاک چاہے تو بیٹھے بیٹھائے آنکھوں سے معذور کر دے، چال میں لڑکھڑاہٹ پیدا کر دے۔ فالج زدہ کر دے، پاگل اور دیوانہ کر دے۔ ہمارے پاس ہے ہی کیا؟ اور سب کچھ تو اس کے پاس ہے اور اب اس سے اگر لینا ہے اور پانا ہے تو اس سے لینے اور پانے کا واحد طریقہ، واحد حل صرف ندامت ہے۔

ندامت، توبہ اور استغفار قیامت تک رہے گا

سننے کی بات ہے حضرت علیؓ کا فرمان ہے کہ ساری کائنات میں دو امان تھیں یعنی حفاظتیں تھیں۔ اس میں سے ایک تو اللہ نے اٹھا لی ہے اور وہ امان تھی سرورِ کونین ﷺ کی ذات مبارکہ۔ ایک امان باقی ہے اور وہ قیامت تک رہے گی وہ ہے ندامت، توبہ اور استغفار۔ فرمایا اسکو مضبوطی سے تھام لو۔ حضرت فضالہ بن عبیدؓ سے سرورِ کونین ﷺ کا ارشاد نقل ہے کہ ''بندہ عذابِ خداوندی سے امن میں ہے جب تک استغفار کرتا رہتا ہے۔'' ایک شخص کو دیکھیں کہ وہ روز آ کر پوچھے آپ ہم سے ناراض تو نہیں ہیں۔ اسے کہا جائے کہ بار بار نہ پوچھا کریں شرمندگی ہوتی ہے۔ کہنے لگے نہیں اصل میں مجھے بولنا ہی نہیں آتا۔ آپ اگر خدمت بتائیں تو کرنی نہیں آتی، گفتگو کا سلیقہ نہیں آتا۔ کام کروں تو الٹا کر بیٹھتا ہوں۔ بس دل میں ایک کھٹکا رہتا ہے کہ آپ کے مزاج میں کوئی بات ناگوار گزری ہو تو مجھے معاف کر دیں۔ میں اس لیے روز پوچھتا ہوں آپ ناراض تو نہیں ہیں۔ اگر کوئی خطا ہوئی ہو تو مجھے معاف کر دیں۔ اس بندے سے کوئی ناراض ہوگا، کبھی نہیں۔ جو پیشگی ندامتیں کر رہا اور یہ نہیں ہے کہ پیشگی ندامت کر کے پھر ناراض کرنے کی کوشش بھی کرتا ہے۔ نہیں کوشش بھی نہیں کرتا اور پھر آ کے کہتا ہے کہ آپ مجھ سے ناراض تو نہیں ہیں۔ اسی بارے میں سرورِ کونین ﷺ نے فرمایا کہ بندہ عذاب خداوندی سے امن میں ہے اور یہ مصیبتیں اور یہ پریشانیاں، یہ مالوں کے گھاٹے، یہ جانوں کے گھاٹے، یہ عذاب، جادو کے ذریعے، مختلف حسد کے ذریعے یہ مالی نقصانات، کاروباری نقصانات، یہ اوپر سے آتے ہیں۔

ہمارا استغفار ایک اور استغفار کا محتاج ہے

حضرت رابعہ بصریؒ کا ارشاد ہے۔ ہمارا استغفار ایک اور استغفار کا محتاج ہے سننے کی بات ہے اللہ والو موتی ہیں بعض اوقات موتی آپ کے لیے چن کے لاتا ہوں۔ بڑی محبت اور طلب سے آپ تشریف لاتے ہیں ہمارا استغفار ایک اور استغفار کا محتاج ہے۔ یعنی ہم گناہوں سے سچے دل سے استغفار نہیں کرتے بلکہ ایسے استغفار کرتے ہیں اس استغفار کو بھی استغفار کی ضرورت ہے۔ لیکن ایک اور بات بھی عرض کرتا ہوں ارے جس طرح بھی ہے کرتے رہو ایک وقت آئیگا اس کریم سے گفتگو کا سلیقہ بھی آ جائیگا بات کرنے کا طریقہ بھی آ جائیگا۔ وہ کہتے ہیں محبت کرنی نہیں آتی، کرنا شروع کر دے محبت تجھے محبت کا سلیقہ خود سکھا دیگی۔ تُو توبہ کر، تُو استغفار کر۔ اس کریم کے سامنے اپنی ندامت کو پیش کر تو سہی، اپنے قدم بڑھا تو سہی۔ ایک چیز ذہن میں رکھیں کہ شیطان جو ہے یہ پہلا قدم نہیں اٹھانے دیتا۔ وسوسہ ڈالتا ہے کہ تو اتنا بڑا مجرم ہے۔ تو نے اتنے بڑے جرم کیے اور کئی دفعہ توبہ کر کے تو نے توڑی ہوئی ہے۔ تجھے کہاں معافی ملے گی۔ تو معافی کے قابل ہے ہی نہیں۔ تجھے کبھی معافی نہیں مل سکتی۔ شیطان دل میں یہ بات ڈالتا ہے۔ (جاری ہے)

کان کے درد کے لیے: مولی کو باریک باریک ٹکڑوں میں کاٹ لیجئے اور پھر اسے سرسوں کے تیل میں ڈال کر خوب گرم کر کے رس نکال کر استعمال کریں۔

چکوترہ کھانے سے دماغ مقوی اور سینہ صاف

معدہ کے منہ پر بوجھ یا جلن ہو، سینہ جلتا ہو، بھوک کم اور پیاس زیادہ لگے اور متلی ہونے لگے تو ایک پاؤ چکوترہ کی پھانکیں نمک اور چینی لگا کر کھانے سے چند روز میں ہی ان بیماریوں سے نجات مل جاتی ہے۔ (مرسلہ: نور العین۔ لاہور)

فارسی چکوترہ سندھی چکون

انگریزی Citron

یہ لیموں کی قسم کا ایک پھل ہوتا ہے اس کا چھلکا زرد اور مغز سرخ ہوتے ہیں۔ اس کا ذائقہ چاشنی دار ہوتا ہے۔ اس کا مزاج سرد تر درجہ دوم ہوتا ہے اس کے حسب ذیل فوائد ہیں اور اس کی مقدار خوراک دو دانے ہے۔

چکوترہ کے فوائد:

(۱) چکوترہ مقوی و مفرح قلب ہوتا ہے۔ (۲) یہ مسکن صفرا ہے (۳) بھوک بڑھاتا ہے (۴) معدہ کو مضبوط کرتا ہے۔ (۵) اس کا چھلکا چہرے پر ملنے سے رنگ نکھرتا ہے اور داغ دھبے اور چھائیاں دور ہوتی ہیں (۶) یہ بلغمی مزاج والوں کیلئے نقصان دہ ہوتا ہے (۷) متلی اور قے کو دفع کرتا ہے (۸) سر درد کی صورت میں اس کا لیپ پیشانی پر کرنا مفید ہوتا ہے۔ (۹) اس کا چھلکا پیٹ کے کیڑے نکالتا ہے اور انہیں مارتا بھی ہے (۱۰) اس کی ترشی کھانسی کیلئے نقصان دہ نہیں ہوتی۔ اس لئے کھانسی میں بھی کھایا جا سکتا ہے (۱۱) اس کے پھولوں کو سونگھنا دماغ کو طاقت دیتا ہے (۱۲) گرمی کے زکام میں بے حد مفید ہے (۱۳) پیاس اور تھکان کو دور کرتا ہے (۱۴) حیض کے زیادہ کھل کر آنے اور جریان میں اس کا چند روز استعمال انتہائی مفید ہے (۱۵) یہ سینہ صاف کرتا ہے اور مقوی دماغ ہوتا ہے (۱۶) اس میں وٹامن سی کی وافر مقدار ہوتی ہے۔ (۱۷) اس کا چھلکا غشی میں سونگھنا مفید ہوتا ہے (۱۸) یہ مقوی جگر اور ہاضم طعام ہوتا ہے (۱۹) اس کو کئی روز تک رکھا جا سکتا ہے، موسم گرما کے شروع کا پھل ہے (۲۰) اگر صبح نہار منہ چکوترہ کھایا جائے تو یقیناً گیس کا خاتمہ کرتا ہے (۲۱) اس کے ایک پاؤ رس میں ایک روٹی کے برابر غذائیت ہوتی ہے۔ (۲۲) معدہ کے منہ پر بوجھ یا جلن ہو، سینہ جلتا ہو، بھوک کم اور پیاس زیادہ لگے اور متلی ہونے لگے تو ایک پاؤ چکوترہ کی پھانکیں نمک اور چینی لگا کر کھانے سے چند روز میں ہی ان بیماریوں سے نجات مل جاتی ہے (۲۳) چکوترہ کی پھانکیں ایک پاؤ ہمراہ ایک تولہ سبز دھنیا رگڑ کر پانی نکال کر پینے سے سر چکرانے، ہونٹ کے خشک ہونے اور پیاس زیادہ اور بھوک کم لگنے کی بیماری دور ہوتی ہے۔ (۲۴) جب دل کی دھڑکن تیز ہو جائے، پیاس اور بے چینی بڑھ جائے اور طبیعت اداس ہو تو ایسی صورت میں ایک تولہ گلاب کے پھول اور چھڑ چھڑیلا (اشنہ) چکوترے کے ڈیڑھ پاؤ پانی میں رات کو بھگو دیں صبح کو دو جوش دے کر چھان کر آدھ سیر چینی ملا کر شربت بنالیں یہ شربت تین تولہ پانی میں ملا کر صبح، دوپہر، شام استعمال کریں اور اس کے ساتھ ایک تولہ خمیرہ گاؤزبان سادہ کھانے سے چند روز میں ہی شفا ہوتی ہے (۲۵) چکوترہ کا پانی ایک پاؤ تین ہفتے مسلسل روزانہ استعمال کرنا پتے کی پتھری کو گلاتا ہے اور پتے کو طاقت دیتا ہے۔

(گردہ، مثانہ کی پتھری کا خاتمہ)

محترمی جناب سلام مسنون عرض خدمت ہے کہ مندرجہ ذیل نسخہ (گردہ و مثانہ کی پتھری) کے لیے لاجواب چیز ہے۔ عبقری کے قارئین کو تحفہ کر رہا ہوں امید ہے قارئین اسے مندرجہ بالا تکلیف کے لیے ضرور آزمائیں گے۔ میں نے خود اس نسخہ کو بہت سے مریضوں پر آزمایا ہے اور اس کو تیر بہدف پایا ہے۔

نسخہ ھوالشافی: ریگ ماہی، دم الاخوائن، سنگ یہود، تخم کالتھی، سنگ سرماہی، کہربا، جوکھار، کباب چینی، ریوند چینی، زیرہ سفید، صندل سفید، سنگدانہ مرغ، قلمی شورہ، ان تمام کو تین تین ماشہ اور کافور کو ایک ماشہ لیکر سفوف تیار کرلیں اور خوراک ایک ماشہ ہمراہ شربت صندل یا سادہ پانی کے ساتھ نہار منہ صبح لیں (صرف ایک دفعہ دن میں) ان شاء اللہ چند یوم میں (گردہ و مثانہ کی پتھری) کے امراض سے نجات مل جائے گی۔

(مرسلہ: عزیز الرحمن عزیز۔ پشاور)

قوی اور کمزور ایمان

شکر ہے امام صاحبؒ یہاں نہیں آئے ورنہ آج روم کے تمام باشندے مسلمان ہوتے۔

حضرت امام احمد بن حنبلؒ سے ایک بار لوگوں نے سوال کیا کہ صحابہ کرامؓ سے کرامات اس کثرت سے ظاہر کیوں نہ ہوئیں جتنی ان کے بعد اولیاء کرامؒ سے وقوع میں آئیں۔ آپ نے جواب دیا اس زمانے میں مسلمانوں کا ایمان قوی تھا اس لئے انہیں کرامات دکھانے کی ضرورت نہ ہوئی۔ ان کے بعد جب لوگوں کا ایمان کمزور ہو گیا۔ تو اسے تقویت بخشنے کیلئے اولیائے کرام نے بعض ناگزیر حالات میں کرامتوں سے کام لیا''

''اس ضمن میں حضرت نظام الدین اولیاءؒ نے امام شافعیؒ کا ایک بصیرت افروز اور پر لطیف واقعہ بیان کیا ہے۔ فرماتے ہیں ایک مرتبہ بغداد میں قیصر روم کے قاصد مناظرے کیلئے آئے۔ خلیفہ ہارون الرشید نے امام شافعیؒ سے درخواست کی کہ آپ ان سے بحث کریں۔ امام صاحبؒ نے کہلا بھیجا کہ کل دجلہ کے کنارے بحث ہو گی۔ دوسرے دن خلیفہ نے دریا کے کنارے دربار لگایا۔ روم کے قاصد تخت کے پاس آ بیٹھے اور بحث کا تقاضا کرنے لگے۔ اسی وقت امام شافعیؒ بھی آ پہنچے اور مسلمانوں کو سلام کر کے دریا کی طرف بڑھتے چلے گئے۔ عین منجدھار میں آپؒ نے سطح آب پر مصلیٰ بچھا کر نماز دوگانہ ادا کی اور وہیں سے آواز دی۔ جو شخص مجھ سے بحث کا خواہشمند ہو۔ یہاں آ کر نپٹ لے۔''

''عیسائیوں نے جب یہ کرامت دیکھی تو بہت پریشان اور شرمندہ ہوئے اور شکست خوردہ لہجے میں کہنے لگے۔ حضور ہم نے اسلام کی حقانیت دیکھ لی۔ آپ تشریف لے آئیں۔ تاکہ ہم اپنی کم فہمی کی معافی مانگ سکیں۔'' حضرت امام شافعیؒ مصلے سے اٹھ کر دربار خلافت میں حاضر ہوئے۔ خلیفہ وقت نے احتراماً ان کی قدم بوسی کی۔ جب یہ خبر قیصر روم نے سنی تو بے اختیار کہہ اٹھا، ''شکر ہے امام صاحبؒ یہاں نہیں آئے ورنہ آج روم کے تمام باشندے مسلمان ہوتے۔''

چہرے کی جھریاں ختم

تحریر: (یمین اختر۔ ٹوبیکی شریف)

خواتین کوجسم پر پڑنے والی جھریوں سے بچنے کے لیے دن بھر میں کم از کم ڈیڑھ لیٹر پانی پینا چاہیے اس کے علاوہ غذا کے طور پر وٹامن سی کے ساتھ ساتھ سردیوں میں وٹامن اے اور ڈی سے مزین غذاؤں کے ساتھ شہد اور دودھ کا بھی استعمال کرنا چاہیے

جلدی ماہرین کے مطابق وٹامن سی کا استعمال چہرے پر جھریوں کو نمودار ہونے سے روکتا ہے۔ امریکہ میں گزشتہ دنوں منعقد ہونے والے ایک سیمینار میں یہ انکشاف کیا گیا کہ وٹامن سی کی کریم استعمال کرنے سے جلد جھریوں سے محفوظ رہتی ہے اس ضمن میں امریکہ میں ایک کریم جیلی یا سیال کی صورت میں تیار کی گئی جس میں دس فی صد ایسوربک شامل کیا گیا۔ ایسوربک ایسڈ کا تعلق وٹامن سی کی ایک قسم سے ہے جو سنگترے، کینو اور لیموں میں بھی پایا جاتا ہے۔ تجربات کے مطابق اس کریم کو آٹھ ماہ تک روزانہ استعمال کرنے سے بہت سی خواتین کی جھریاں ختم ہوگئیں۔ ماہرین کے مطابق یہ وٹامن جلد میں جذب ہوکر زیرِ جلد کولاجین کی تیاری میں اضافہ کر دیتے ہیں۔ عمر میں اضافے کے ساتھ اس وٹامن کی تیاری میں کمی واقع ہو جاتی ہے جس کے باعث جلد پر بڑھاپے کے آثار جھریوں کی صورت میں نمودار ہونا شروع ہو جاتے ہین۔ ماہرین کے مطابق اس وٹامن کے استعمال سے جلد پر مذکورہ اثرات ظاہر نہیں ہوتے اور اس کی مالش جلد کے لیے مفید ثابت ہوتی ہے۔ مندرجہ بالا سیمینار کی رپورٹ کی رو سے جلد پر جھریوں کے نمودار ہونے کا تعلق وٹامنزسی اور ایسوربک ایسڈ کی نامناسب مقدار پر ہے۔ ہم نے ان وٹامن اور ایسڈ کے روزمرہ استعمال کے کچھ ایسے طریقے وضع کئے ہیں جو جھریوں سے نجات اور چہرے کو ایک نئی دلکشی اور رعنائی عطا کرتے ہیں۔ جن کا تذکرہ ہم اگلی سطور میں کریں گے۔ پہلے ان عوامل کی بات ہو جائے جن کے باعث چہرے پر جھریاں نمودار ہو جاتی ہیں جو آپ کے چاند سے چہرے کو داغ دار بنا دیتی ہیں۔ چہرے پر جھریوں کے نمودار ہونے کی بنیادی وجہ جلد کی سطح کے نیچے موجود کولاجین نامی جز کی کمی ہے جو عمر میں اضافے کے ساتھ ساتھ کم ہوتی رہتی ہے۔ یہ ایک قدرتی عمل ہے جو جلد کے ہارموز میں رونما ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ کچھ ایسے عوامل بھی ہیں جن کا تعلق ہماری روزمرہ کی سرگرمیوں سے ہے ان میں سرفہرست ناقص غذا کا استعمال ہے یا ایسی غذایات ہیں جن میں ضروری اجزاء موجود نہیں ہوتے بالخصوص وہ غذائی اجزاء جن کے ذریعے جلد تروتازہ نظر آتی ہے۔ اس کے علاوہ ہوا اور دھوپ کے ناخوشگوار اثرات بھی جھریوں کا سبب بنتے ہیں۔ جلدی ماہرین کے مطابق ہماری بہت سی عادات کے باعث بھی چہرے پر جھریاں رونما ہو جاتی ہیں۔ ان عادات میں کسی بات پر زور دینے کے لیے ماتھے پر بل ڈالنا یا بھوؤں کو اوپر اٹھانا جس سے ماتھے پر بل پڑ جاتے ہیں۔ شک کرتے وقت یا مزاحیہ انداز میں کسی بات کو تسلیم کرنے کے لیے اظہار کے طور پر پیچ وخم، بیٹھے ہوئے تھوڑی کو ہاتھ سے پکڑنا جس سے ایک رخسار پر جھریاں پڑ جائیں، منہ بناتے وقت ہونٹوں کو نیچے کی طرف کھینچنا، ناک بھوں چڑھانا، ہونٹوں کو سکیڑنا اور غصہ کرنا وغیرہ شامل ہیں۔ علاوہ ازیں کھنچاؤ، فکر وتشویش اور ڈپریشن بھی جھریوں کے اسباب میں شامل ہیں۔ ماہرین کے مطابق سگریٹ نوشی کے باعث اکثر وبیشتر آنکھوں کے حلقوں میں جھریاں پڑ جاتی ہیں۔ اس کے علاوہ جگر کی کارکردگی اگر تسلی بخش نہ ہو اور فضلہ کے اخراج کا نظام مستحکم نہ ہو تو بھی جلد پر جھریوں کی راہ ہموار ہو جاتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ اندرونی پٹھوں کی حرکت میں کمی جس سے دبلا پن گالوں میں گڑھے اور خمیدگی پیدا ہوتی ہے، جھریوں کا باعث ہے۔ بین الاقوامی جریدے ویک اینڈ میں شائع ہونے والی ایک رپورٹ کے مطابق 30 سال کی عمر کے بعد خواتین کے چہروں پر جھریاں نمودار ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ جس کی بڑی وجہ جلد کا خشک رہنا اور خواتین میں پانی کا کم استعمال ہے۔ اس رپورٹ میں بتایا گیا کہ خواتین کوجسم پر پڑنے والی جھریوں سے بچنے کے لیے دن بھر میں کم از کم ڈیڑھ لیٹر پانی پینا چاہیے اس کے علاوہ اس رپورٹ میں غذا کے طور پر وٹامن سی کے ساتھ ساتھ سردیوں میں وٹامن اے اور ڈی سے مزین غذاؤں کے ساتھ شہد اور دودھ کے زیادہ استعمال کا مشورہ دیا گیا ہے۔ ذیل میں قدرتی اشیاء کے استعمال سے کچھ ایسے طریقے درج کئے جا رہے ہیں جن کے استعمال سے جھریوں سے نجات حاصل ہو سکتی ہے۔ مونگ پھلی کا تیل، سورج مکھی کا تیل اور عرقِ گلاب دو دو کھانے کے چمچے اور صندل کا تیل چار قطرے لیں پھر ان سب کو باہم ملا کر ایک بوتل میں محفوظ کرلیں اور روزانہ دس سے پندرہ منٹ اس آئل مسکچر سے چہرے کا مساج کریں اس کے ساتھ چہرے دھونے کے لیے کسی ایسے صابن کا استعمال کریں جس میں گلیسرین شامل ہو۔ گلاب کے پھولوں کی پنکھڑیاں توڑ کر اور سکھا کر پیس لیں۔ اب لیموں کا رس کریم والے دودھ میں چند قطرے ملا لیں اور اس میں سوکھے گلاب کا پاؤڈر بھی شامل کرلیں 20 منٹ کے لیے چہرے پر اس مرکب کا لیپ کریں اور پھر تازہ پانی سے چہرے دھولیں علاوہ ازیں کھیرے کے عرق میں بھی گلاب کا پاؤڈر ملا کر چہرے پر لیپ کیا جا سکتا ہے۔

روغن بادام، روغن زیتون اور خالص شہد حسب ضرورت لیں اور ان تینوں اشیاء کو آپس میں یکجا کر کے اس آمیزے کا فیس ماسک ہفتہ میں دو مرتبہ لگائیں۔ ماسک لگانے کا طریقہ یہ ہے کہ 15 سے 20 منٹ تک اس آمیزہ کو چہرے پر لگایا جائے اور پھر نیم گرم پانی سے چہرے کو دھولیا جائے۔ ہاتھوں کی جھریوں کو دور کرنے اور اس عمل کو سست کرنے کے لیے مندرجہ ذیل ترکیب بہت مفید دیکھی گئی ہے۔ آدھا کلو جَو، ایک چمچہ عرقِ گلاب، ایک چمچہ خالص گلیسرین، آدھا سیر گرم پانی، ۔۔ونیا ہاوس ہولڈ ایک چائے کا چمچہ، عرقِ لیموں ایک کھانے کا چمچہ اور روغن بادام ایک چائے کا چمچ لیں۔ جَو رات بھر پانی میں بھگو کر رکھیں اور صبح کو پانی چھان لیں۔ اب اس پانی میں تمام اشیاء ملا کر شیشی میں محفوظ کرلیں اور روزانہ رات سونے سے قبل اس لوشن کا ہاتھوں پر اچھی طرح مساج کرلیا کریں۔ آنکھوں کے اردگرد سے جھریوں کو دور کرنے کے ضمن میں پرسکون ہو کر نیم دراز ہو جانے کے بعد آلوؤں کے قتلے تقریباً پندرہ منٹ آنکھوں پر رکھنا مفید سمجھا گیا ہے۔ یہ عمل دن میں کم از کم تین بار کرنا ضروری ہوتا ہے۔

عمل ادائیگی قرض: سورہ النصر، پوری کو بعد ادائے فجر صبح چالیس مرتبہ پڑھنے سے تمام قرض ادا ہو جائے گا اور بہت آمدنی ہوگی۔

جنسی زندگی میں نوجوانوں کے لیے بنیادی راہنمائی

جنسی تاریخ کے ساتھ ساتھ جنسی تعلیم سے آگاہی بھی نہایت ضروری ہے۔ جنسی تعلیم کی مثبت انداز میں جنسی ضرورت عصر حاضر میں ہے شاید اتنی ضرورت ماضی بعید میں نہ تھی۔ (تحریر: حکیم اعجاز حیدر)

ہمارے دینِ حنیف نے نوجوانوں کے لیے بہت عنایت و مہربانی برتی ہے کیونکہ عمر کا یہ حصہ بے بدل، بے مثل اور بے اہمیت کا حامل ہوتا ہے۔ تاہم نوجوان شادی سے قبل آدھا اور مستقبل قریب کا مکمل فرو ہوتا ہے۔ دینِ متین نے والدین کو یوں سکھلایا ہے کہ پہلے سات سال بچے کے ساتھ دل لگی اور گپ شپ میں گزاریں۔ باقی سات سال تک اس کی تربیت میں بیدار رہیں۔ پھر بعد میں اس کے ساتھ بھائی، دوست اور مستقل آدمی جیسا معاملہ رکھیں۔

قرآن مجید نے بھی نوجوانوں کے لیے ایک مشعل روشن فرمائی کہ اسے دیکھ کر روشنی حاصل کریں اور اپنی منزل کی راہیں متعین کر سکیں، مگر عصر حاضر جو کہ سائنس، کمپیوٹر، انٹرنیٹ، الیکٹرانک اور پرنٹ میڈیا کا دور ہے، ان سے آج کی نوجوان نسل جہاں کئی سہولیات حاصل کر رہی ہے وہاں کئی مسائل سے نبرد آزما بھی ہے جن میں سے جنسی مسائل اور امراض بالخصوص قابل ذکر ہیں۔ اخبارات، رسائل اور درو دیوار پر جنسی ادویات کی تشہیر نمایاں نظر آتی ہے۔ یہ سب کیا ہے؟ یہ سب کیوں ہے؟ ان تمام باتوں کے جواب کی بجائے ہم سب سے پہلے علم جنسیات کے پس منظر پر غور کرتے ہیں۔ علم جنسیات مثبت اور منفی میں فرق کیا ہے؟ سب سے پہلے ہم جنسی تاریخ پر نظر ڈالتے ہیں۔

جنسی تاریخ: جتنی انسانی تاریخ قدیم ہے اتنی ہی جنسی تاریخ بھی۔ جنسی خواہش زمانہ قدیم کے غیر مہذب اور وحشی انسان میں بھی موجود تھی اور آج کے مہذب انسان میں بھی بدرجہ اتم موجود ہے۔ بھوک اور پیاس کی طرح جنسی خواہشات کا پیدا ہونا فطری امر ہے۔ انسان کی بنیادی ضروریات جن میں روٹی کپڑا اور مکان شامل ہیں بالکل اسی طرح جنسی خواہشات کا پیدا ہونا اور جائز طریقہ سے تسکین و تکمیل اشد ضروری ہے۔ یہ خواہش جانور اور پرندے بھی رکھتے ہیں۔ جنس مخالف سے ملاپ کی خواہش ہر انسان کے ضمیر میں شامل ہوتی ہے۔ اس کی شدت کے پیش نظر کہا جا سکتا ہے کہ انسان کا دم پہلے نکلتا ہے اور خواہش بعد میں دم توڑتی ہے

جنسی تعلیم: جنسی تاریخ کے ساتھ ساتھ جنسی تعلیم سے آگاہی بھی نہایت ضروری ہے۔ جنسی تعلیم کی مثبت انداز میں جنسی ضرورت عصر حاضر میں ہے شاید اتنی ضرورت ماضی بعید میں نہ تھی۔

علم جنسیات: (Sexology) کو ہمیشہ غلط معانی اور منفی انداز میں پیش کیا گیا ہے۔ 1939 میں اوٹاوہ یونیورسٹی میں جنسی تعلیم کا پہلا تجربہ چرچ میرج پریشن کورس کی صورت میں کیا گیا۔ جو 100 شادی شدہ جوڑوں کو تعلیمی طور پر پڑھایا اور سمجھایا گیا اور یہ تجربہ انتہائی کامیاب اور مفید ثابت ہوا۔ اس کورس کی بدولت طلاق کی شرح میں 15 فی صد کمی ہوئی۔ جنسی تعلیم کے سلسلہ میں ایک ہندو مصنف کی کتاب ''وات سائن'' ''کام شاستر'' یا ''کام سوتر'' ہے جس میں جنسی معلومات کے ساتھ ساتھ اس دور کے روساء اور امراء کی عیاشیوں کا بڑی تفصیل سے ذکر ہے۔ اس کے علاوہ ہندوؤں کی تہذیب وتمدن اور اعلیٰ طبقہ کی ذہنی پستی کے اصول تحریر ہیں۔ جبکہ اس کے مقابلے میں جنسیات سے متعلق جو کتب بازار میں دستیاب ہیں ان میں حقیقی علمی مواد کم اور فضولیات ولغویات زیادہ پڑھنے کو ملتی ہیں۔ ان کتب میں پریم شاستر، گربھ شاستر، سہاگ رات اور دیگر ایسے ہی ناموں سے ملتی جلتی ہیں۔ ایسی کتب بینی کے بعد آج کی نوجوان نسل کا ذہن مثبت ہو گا یا منفی، کسی فرد واحد سے پوچھنے اور کہنے کی ضرورت نہیں ہے۔

ایسی تحریریں پڑھنے کے بعد نوجوان نسل کے ذہن منفی رجحانات کی طرف مائل ہو جاتے ہیں اور جنسی طوفان اٹھنے شروع ہو جاتے ہیں یہی وجہ ہے کہ آج کی نسل گمراہی اور اخلاقی پستی میں گرتی جا رہی ہے۔

ایسے محرکات بعد میں کئی معاشرتی، معاشی، خانگی اور اخلاقی برائیوں کو جنم دیتے ہیں جن کی وجہ سے گناہ اور جرائم سرزد ہو رہے ہیں۔ وہ نوجوان نسل جس نے آگے چل کر ملک کی باگ دوڑ سنبھال کر ملک کو ترقی کی شاہراہ پر گامزن کرنا ہے، وہ ایسے حالات میں اپنی منزل سے بھی غافل ہیں۔

ہماری نسل کو ایسی کتب کی بجائے ''قرآن حکیم'' سے راہنمائی لینی چاہیے۔ علاوہ ازیں علماء کرام نے بھی اس موضوع پر کئی کتب تحریر فرمائی ہیں جو نہ صرف نوجوان نسل بلکہ ہر عمر کے افراد کے لیے اتنی ہی اہمیت کی حامل ہیں۔

جنسی امراض کے اسباب اور مسائل: پہلے زمانے میں بڑھاپا وقت پر آتا تھا۔ اب اتنی ترقی اور وسائل ہونے کے باوجود جوانی میں بڑھاپے کے آثار کیوں؟ اسکے اسباب درج ذیل ہیں۔

(1) اسلامی تعلیمات سے روگردانی (2) غذا کا عدم توازن (مزاج، عمر اور مرض کے غیر موافق) (3) حفظان صحت کے اصولوں سے عدم واقفیت (4) علم جنسیات سے آگاہی کا نہ ہونا (5) ورزش کی کمی (6) نیند کی کمی (7) بے جا اور گوناگوں مصروفیت (8) دماغی امراض (خوف، وہم، احساس کمتری، ذہنی تناؤ اور دباؤ وغیرہ) (9) طویل بخاروں کا ہونا (ملیریا، ٹائیفائیڈ، تپ دق وغیرہ) (10) امراض خبیثہ (آتشک، سوزاک) (11) ایلوپیتھی ادویات کا بکثرت استعمال (12) منشیات (افیون، چرس، ہیروئن، بھنگ اور شراب وغیرہ) (13) دوائیوں کا بغیر مشورہ کے استعمال (Self Medication) (14) ٹی وی، وی سی آر، ڈش، کیبل، سی ڈی اور سینما بینی۔ (15) بازاری اور فاحشہ عورتوں سے راہ رسم یعنی میل ملاپ (16) برے لوگوں کی صحبت (17) مخلوط طرز تعلیم (18) شادی میں تاخیر (19) عرصہ دراز تک سائیکل اور گھڑ سواری (20) موسم گرما میں تیز دھوپ میں زیادہ دیر رہنا یا کام کرنا (21) بے پردگی (22) سگریٹ، پانی اور بیڑی کا استعمال (23) بدنگاہی

خود اختیاری علاج: جنسی مسائل اور امراض کے سلسلہ میں ادویاتی علاج کے ساتھ ساتھ اگر خود اختیاری علاج بھی کیا جائے تو ''سونے پہ سہاگہ'' والا مقولہ سچ ثابت ہوتا دکھائی دے گا۔ مندرجہ ذیل چند مفید تدابیر اختیار کرنے سے کافی افاقہ ہوگا۔

(1) نماز پنجگانہ کا اہتمام کیا جائے۔

(2) قرآن مجید کو با ترجمہ اور غور وفکر سے پڑھنے کے ساتھ ساتھ عمل بھی کیا جائے (3) درود شریف اور ذکر الٰہی کی تسبیحات کو معمول بنایا جائے (4) حفظان صحت کے اصولوں

منہ کے چھالوں کا خاتمہ آسان: سبز دھنیا لیجئے اور اس کا عرق نکال لیجئے دن میں تین چار بار اس سے ان چھالوں پر ملیے آرام ہوگا

کو اپنایا جائے (5) ناخالص اور بازاری غذاؤں سے پرہیز کیا جائے (6) موسم اور مزاج کے موافق غذا استعمال کی جائے (7) موسمی پھل اور سبزیاں استعمال کی جائیں (8) اپنی عمر، موسم اور جسمانی ساخت کے اعتبار سے اور ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق ورزش کو معمول بنایا جائے (9) شادی بروقت کی جائے (10) موسم سرما میں خوشگوار دھوپ میں Sun Bath کیا جائے (11) موسم سرما میں جسم خصوصاً گردن، کمر اور ران کی اطراف میں تیل کی مالش کی جائے۔ (12) موسم گرما میں کمر اور گردن کو دھوپ کی تپش سے بچایا جائے (13) عطائیوں، جوگیوں اور فٹ پاتھیوں کی بجائے قابل اور مستند معالجین سے علاج کروایا جائے (14) صحت کے متعلق اپنے ذاتی معالج سے گاہے بگاہے مشورہ کیا جائے (15) اخلاق سوز اور ہیجانی محرکات کی حوصلہ شکنی کی جائے (16) اخلاق پرور عادات اپنائی جائیں۔ (17) اچھی صحت اور اچھے اخلاق کے مالک احباب سے تعلقات استوار کیے جائیں۔

فرمان نبوی ﷺ: اللہ کے رسول ﷺ کا اس سلسلہ میں کیا فرمان ہے۔ آیئے دیکھتے ہیں کہ کیا یہ ہماری نوجوان نسل کے لیے راہنما اصول ثابت ہوتا ہے۔

حضرت انسؓ فرماتے ہیں کہ حضور ﷺ نے فرمایا: مرد وزن کی نظریں ابلیس کے تیروں میں سے زہر آلود تیر ہیں۔

نصیحت: جنسی جذبے کا خمار شراب سے زیادہ ہولناک ہے۔ ایسی ہولناکیوں سے بچا جائے اور ایسی لذت اور خواہش سے باز رہا جائے، جس کا انجام عذاب اور شرمندگی پر ختم ہو۔ آنکھوں سے نفسانیت کی پٹی کھول دی جائے تاکہ سعادت، بدبختی میں نہ بدل جائے۔ انہیں نہیں معلوم کہ غلبہ شہوت کی اسیری کی وجہ سے وہ کتنے ہی دینی اور دنیاوی فضائل سے محروم ہو کر غلاظتوں میں الجھ کر مبتلا مرض اور گناہ ہوتے جا رہے ہیں۔ چہروں سے شگفتگی اور نورانیت کافور ہو رہی ہے۔

آج کی نوجوان نسل کی اصلاح اور نصیحت کے لیے اتنا ہی کافی ہے حضرت یوسفؑ گناہ سے رکے، صبر کیا، اس ایک گھڑی کے مجاہدہ نے انہیں کتنا عظیم مرتبہ دیا۔

آج ابلیس کے تیروں کی ہر طرف بوچھاڑ ہے۔ بے پردگی کی صورت میں ہمیں اس سے بچنا چاہیے اور دوسروں کو بچانا چاہیے اسی میں نوجوان نسل کی بھلائی، بہتری اور جنسی و جسمانی صحت کی برقراری پنہاں ہے۔

یوں کہنا بہتر ہوگا کہ اچھی صحت اور اچھے صحت مند ماحول اور اچھے اخلاقی ماحول ہی کی بدولت اچھی جنسی و جسمانی قوت اور خوش و خرم زندگی کا حصول ممکن ہے۔

اگر علم جنسیات سے آج کی نوجوان نسل کو مثبت انداز میں بہرہ ور کر دیا جائے تو ان بداعتدالیوں کا سدباب جو ایک خواب ہے، حقیقت بن سکتا ہے۔

ماں کے پیٹ میں بچہ ہے یا بچی

پیدائش سے پہلے لوگ الٹرا ساؤنڈ کے ذریعے پتہ لگانے کی کوشش کرتے ہیں کہ پیدا ہونے والا لڑکا ہے یا لڑکی۔ جہاں ایک طرف لوگ بھاری بھرکم فیسیں ادا کرتے ہیں، دوسری طرف شعاعوں کی وجہ سے جنین متاثر ہوتا ہے۔ کم عقلی کی کئی وجوہ ہیں جن میں سے ایک وجہ ماں کے پیٹ میں ان شعاعوں کا داخلہ بھی ہے۔ بچہ یا بچی کی پیشن گوئی کے لیے شعاعوں سے پاک ایک آسان طریقہ پیش خدمت ہے، جس پر کوئی خرچ بھی نہیں آتا اور سائیڈ ایفیکٹ (Side Effect) بھی نہیں ہوتا۔ سردیوں میں بوئی جانے والی ایک سبزی چقندر ہے جسے انگریزی میں Sugar Beet کہتے ہیں۔ سالن میں اس کی معمولی مقدار ڈالنے سے تمام سالن سرخ رنگت اختیار کر لیتا ہے۔ اس کے پتے لیں۔ انہیں دھو کر سایہ میں خشک کریں خشک ہونے کے بعد انہیں کوٹ چھان لیں اور شیشی میں محفوظ کر لیں، دوائی تیار ہے۔

طریقہ استعمال: حمل کے چھ سات ماہ بعد دوائی بطور نسوار، معمولی مقدار میں لیکر عورت کی ناف میں ڈالیں اور چار پانچ منٹ انتظار کریں۔ دیکھتے رہیں کہ مریضہ کو چھینک آتی ہے یا نہیں۔ اگر چھینک آ گئی تو لڑکی پیدا ہوگی اور اگر چھینک نہ آئے تو لڑکا پیدا ہوگا (ان شاء اللہ) میں نے بارہا آزمایا ہے اور اسے درست پایا ہے۔ (مرسلہ: غلام قادر ہراج، جھنگ)

رسالہ پڑھنے کے بعد: آپ عبقری اور کتابوں کو پسند فرماتے ہیں۔ اعتماد سے ان کے روحانی اور طبی رازوں اور ٹوٹکوں کو آزماتے ہیں۔ یقیناً آپ کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ فائدہ ہمیں لکھیں چاہے ٹوٹے پھوٹے الفاظ ہی میں لکھیں۔ کس ماہ کے رسالے یا کتاب سے طبی یا روحانی فائدہ ہوا حوالہ ضرور لکھیں۔ آپ کا تجربہ لاکھوں قارئین کے فائدہ کا ذریعہ بن جائے گا اور صدقہ جاریہ بھی ہے۔ (ادارہ)

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

محترم حضرت جی السلام علیکم! عمومی طور پر مجھے خواب نہیں آتے۔ لیکن کل رات خواب میں، میں آپ کی درس گاہ کو دیکھتی ہوں، جو بہت خوبصورت، پہاڑی علاقے میں کھلی جگہ پر بنی ہوئی ہے۔ ارد گرد سبز باغات ہیں اور نیلے آسمان تلے کئی ایکڑوں پر پھیلی ہوئی ہے۔ اس جگہ کو پہنچنے کے لیے سیڑھیاں ہیں اور میں وہ سیڑھیاں چڑھ رہی ہوں اور بہت آسانی سے چڑھ رہی ہوں۔ بلکہ ایسے محسوس ہو رہا ہے کہ میں اُڑ کر کئی سیڑھیاں ایک وقت میں طے کر رہی ہوں اور مجھے انتہائی مزہ آ رہا ہے۔ آگے جاتی ہوں تو دور سے ایک براؤن کلر کا چھوٹا سا کتا بھاگتا ہوا آ رہا ہے جس کو دیکھ کر میں ڈر جاتی ہوں۔ وہ آگے بڑھ کر میری ٹانگ کاٹنے کی کوشش کرتا ہے لیکن مجھے کاٹ نہیں سکا۔ البتہ میری سفید شلوار کو اپنے دانتوں سے پکڑ لیتا ہے اور چھوڑتا نہیں۔ میں مدد کے لیے پکارتی ہوں لیکن کوئی نہیں آتا اور میں آہستہ آہستہ چلتی رہتی ہوں۔ تھوڑی دیر کے بعد وہ کتا خود بخود غائب ہو جاتا ہے۔ ایسے جیسے وہ تھا ہی نہیں اور میں آگے درس گاہ کی طرف چلتی جا رہی ہوں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ سیڑھیوں کو طے کرنے کا مزہ مجھے جو خواب میں آ رہا تھا وہ اب بھی سوچنے پر وہ ہی عجیب سی لذت محسوس ہوتی ہے۔ برائے مہربانی اسکی تعبیر بتا دیں اور دعاؤں کی درخواست۔ **جزاکم اللہ خیر۔**

نوٹ: درس گاہ سے میرا مطلب ہے جہاں آپ درس دیتے ہیں اور جہاں پر آپ کی کتابوں کی لائبریری ہے اور حکمت کی جگہ بڑی سی بلڈنگ ہے۔

جواب: واضح علامت ہے کہ اللہ تعالیٰ محض اپنے فضل سے اس روحانی کاوش کو قبول فرمائے گا اور ہر رکاوٹ کا غیب سے خود حل فرمائیں گے۔ مبارک روحانی کیفیت ہے۔

(مرسلہ: اہلیہ مکرم احمد۔ لاہور)

نماز سے جسمانی سمارٹنس اور چہرے کی خوبصورتی

ہلکی سی اس ورزش (نماز) کے دوران پھیپھڑے بھی حرکت میں آجاتے ہیں اور انسان گہرے اور تیز سانس لینے لگتا ہے۔ جس کی وجہ سے زیادہ سے زیادہ آکسیجن خون میں جذب ہو جاتی ہے۔

(تحریر: لیڈی ڈاکٹر فرحت شفیع گائناکالوجسٹ۔ جنرل اینڈ مینٹل ہسپتال مانسہرہ)

نماز اور ڈسپلن: مستقل مزاجی اور نظم وضبط کا جو درس نماز دیتی ہے۔ اس کی مثال دنیا کی کوئی قوم اور مذہب پیش نہیں کرسکتی۔ تقریباً 10 سال کی عمر یعنی ہوش سنبھالتے ہی روزانہ پانچ وقت کی نماز جب شروع ہوتی ہے تو بچپن، جوانی، بیماری اور بڑھاپے میں بھی قائم رہتی ہے۔ یہاں تک کہ انسان موت کے منہ میں چلا جاتا ہے۔ نماز باجماعت میں امیر غریب کا فرق عملاً مٹ جاتا ہے۔ ایک جوتے پالش کرنیوالا ایک ڈاکٹر اور انجینئر کندھے سے کندھا ملا کر کھڑا ہو جاتا ہے جو پہلے آتا ہے، پہلی صف میں جگہ پاتا ہے۔ جو بعد میں آتا ہے وہ پچھلی صفوں میں جاتا ہے۔ ذات پات اور بڑے چھوٹے کا تصور مٹ جاتا ہے۔ آج کے جمہوری دور میں اتنی جمہوریت کون دکھا سکتا ہے؟

نماز اور جوڑوں کے امراض: کسی بھی مشین کی کارکردگی کا انحصار اس کے استعمال اور اس کے کل پرزوں میں تیل ڈالنے پر ہے۔ جو مشین بے کار پڑی رہے یا اسمیں تیل باقاعدگی سے نہ ڈالا جائے تو وہ جلد گھس کر بیکار ہو جاتی ہے۔ اسی طرح انسانی جسم میں 360 کے لگ بھگ جوڑ ہیں۔ یہ تمام جوڑ حرکت کرتے رہیں گے تو ان کو خون مہیا ہوگا۔ نماز ہی وہ واحد ورزش ہے جس کے ذریعے جسم کے تمام جوڑ متحرک رہتے ہیں اور دورانِ خون وافر مقدار میں ان جوڑوں کو ملتا ہے۔ آجکل جوڑوں کی بیماری اتنی زیادہ کیوں ہوگئی ہے؟ نماز میں سلام پھیرتے وقت اچھی طرح اور سکون سے دائیں اور بائیں گردن کو موڑیں، گردن کے تمام عضلات کو اور جوڑوں کو وافر مقدار میں خون مہیا ہوگا۔

نماز اور کمر کا درد: آجکل بچے، جوان اور بوڑھے تمام کمر کے درد کے عارضے میں مبتلا ہیں اور قسم قسم کی Belts اور Collar اور Hard-Bed استعمال کرتے ہیں۔ ڈاکٹر تو کمر کی ہڈی کو سیدھا رکھنے کی ہدایت کرتے ہیں جبکہ حدیث کی رو سے سر کو اگر قدرے آگے کی طرف خم دیا جائے تو Verteral-Colomn زیادہ Relaxed رہتا ہے۔ اس لیے کہ یہ اس کا Natural Curve ہے۔ اگر جسم بالکل سیدھا یا اکڑ کر چلا جائے تو Vertebral Colomn کے بے شمار عضلات پر دباؤ پڑتا جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قرآن مجید میں بھی تن کر اور اکڑ کر چلنے سے منع کیا گیا ہے اور جھک کر یعنی تواضع وانکساری کی چال چلنے پر زور دیا گیا ہے۔ کمر کی ہڈی کو مکمل آرام Hard-Bed سے بھی زیادہ رکوع و سجود میں ملتا ہے۔ لہٰذا طویل و پرسکون رکوع و سجود کمر کے درد کا خاص الخاص Tonic ہے۔

نماز اور نظام تنفس: ہلکی سی اس ورزش (نماز) کے دوران پھیپھڑے بھی حرکت میں آجاتے ہیں اور انسان گہرے اور تیز سانس لینے لگتا ہے۔ جس کی وجہ سے زیادہ سے زیادہ آکسیجن خون میں جذب ہو جاتی ہے اور کاربن ڈائی اکسائیڈ کے اخراج میں مدد ملتی ہے۔

نماز اور جسمانی سمارٹنس اور چہرے کی خوبصورتی: آج انسان اپنے چہرے کی خوبصورتی اور Figure کی سمارٹنس کے بارے میں بہت حساس ہوگیا ہے۔ وہ اپنے بڑھے اور لٹکے ہوئے پیٹ سے بھی بہت تنگ ہے۔ یہی وجہ ہے کہ وہ اپنی کمائی کا زیادہ حصہ Cosmetics اور مختلف قسم کے ورزشی آلات خریدنے میں خرچ کرتا ہے۔ یہ اس کا حق ہے لیکن جو چیز کم وقت میں اور سستے داموں میسر ہو تو کیوں نہ وہ طریقہ اپنایا جائے۔ بے شک اگر انسان فرض نماز اور نوافل کا باقاعدگی سے اہتمام کرے اور رکوع و سجود سُنتِ نبوی ﷺ کے مطابق کرے اور ہتھیلیوں کے سہارے کی بجائے گھٹنوں اور پاؤں کے سہارے رکوع و سجود کرے تو اس کے پیٹ اور کمر کے اطراف کے گوشت پر اتنا دباؤ اور کھچاؤ پڑتا ہے کہ لامحالہ پیٹ اور کمر پرکشش بن جاتے ہیں۔ رکوع و سجود کے دوران کشش ثقل کیوجہ سے چہرے گلابی اور شاداب ہو جاتا ہے۔ اگر لوگوں کو خوبصورتی کے اس راز کا پتہ چل گیا تو ہمیشہ رکوع و سجود میں پڑے رہیں اور فرض نماز کے علاوہ نوافل کا اہتمام کریں۔

نماز اور ڈپریشن: نمازی نماز کے دوران روحانی طور پر دنیا سے عرش پر پرواز کر جاتا ہے اور وہ اپنے پیارے رب تعالیٰ سے سرگوشیوں میں پیاری پیاری باتیں کرتا ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

رنگ برنگی سبزیاں

باتھو چونکہ بہتات سے پیدا ہوتا ہے اور خود رو ہے اس واسطے اس کی قدر نہیں یہ معدہ کو طاقت بخشتا ہے۔

تحریر: (مظفر۔ روہتکی تلمبہ)

کریلا: گرم خشک، بلغم کو چھانٹتا ہے۔ بادی کو مٹاتا ہے۔ پیٹ کے کیڑوں کو مارتا ہے۔ بلغمی مزاج والوں کو خاص طور پر مفید ہے۔ اپھارہ کو دور کرتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ لقوہ، گنٹھیا، جلودھر، پیچش اور پتھری کے لیے مفید ہے۔ قوت باہ کو بڑھاتا ہے، بھوک خوب لگاتا ہے۔ اعضائے رئیسہ کو طاقت دیتا ہے۔ بغیر کھٹائی اور تیل کی بجائے گھی میں پکانا بہتر ہے۔ کریلے کا مجرب نسخہ، ہمارا آزمائش شدہ پیش خدمت ہے۔ 1/2 کلو کریلے خرید لیں اس کو بمعہ بیج اور چھلکا کاٹ کر خشک کرلیں پھر سفوف بنالیں۔ کھانا کھاتے وقت جو بھی گھر میں سالن پکا ہوا پنی کھانے والی پلیٹ میں ایک بڑی چٹکی کریلے کا سفوف ڈال کر روٹی کے ساتھ کھائیں۔ بلغم، دمہ، بادی اور نزلہ کا خاتمہ۔ بلغم تو بالکل نہیں رہنے دیگا۔ اس سفوف میں اور کوئی چیز نہیں ملائی۔

جہاں تک کام چلتا ہو غذا سے   وہاں تک چاہیے بچنا دوا سے

باتھو کا ساگ: معتدل، حکمت میں اسے سب ساگوں سے بہترین مانا گیا ہے۔ مگر چونکہ بہتات سے پیدا ہوتا ہے اور خود رو ہے اس واسطے اس کی قدر نہیں۔ یہ ساگ معدہ کو طاقت بخشتا ہے۔ قبض کشا ہے۔ پیشاب کی کوئی بیماری نہیں ہونے دیتا۔ گرمی کی وجہ سے بڑھے ہوئے جگر، تلی کو بہت مفید ہے۔ پیشاب آور ہے۔ پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ پتھری میں مفید ہے۔ انتڑیوں کو طاقت دیتا ہے۔

لہسن، تھوم: گرم خشک بلغم کی جملہ بیماریوں، فالج، لقوہ، دمہ، کھانسی، دردسر، جوڑوں کے درد، انتڑیوں کی کمزوری میں بہت مفید ہے۔ پھیپھڑوں کے زخم، دق، پرانے بخار، دل کی کمزوری، باؤ گولا، اپھارہ، بدہضمی اور کوڑھ سب کو رفع کرتا ہے۔ معدے اور جوڑوں میں جو رطوبت بڑھ کر خراش پیدا کرتی ہے۔ اس کو خشک کرتی ہے پسینہ اور حیض کو جاری کرتا ہے۔ آنکھوں کو بہت طاقت دیتا ہے۔ طاقت قائم رکھنے والی خون، ماس چربی کو بڑھانے والی اور بڑھاپے کے اثر کو کم کرنے والی دواؤں کو رسائن کہتے ہیں۔ جو فہرست رسائن خوراکوں کی ہے اس میں لہسن کا درجہ اچھا خاصا شمار کیا جاتا ہے اس کے استعمال سے منہ سے بدبو آتی ہے۔ چھیل کر اور چھاچھ (لسی) میں دو چار گھنٹے بھگو رکھنے سے لہسن کی بدبو کم ہو جاتی ہے۔

بیوی......! آپ سے کیا چاہتی ہے؟

بیوی اپنے شوہر سے ایسا تحفہ چاہتی ہے جس سے یہ اظہار ہو کہ شوہر نے بیوی کی خواہش کا احترام کیا ہے۔ مثال کے طور پر اپنی بیوی کو اس کی پسند کی کوئی کتاب، رسالہ یا اس کی پسند کے کپڑے اور جیولری کا تحفہ بیوی کے لیے زیادہ خوشی کا باعث ہوگا

(انتخاب: سجاد احمد بھٹی۔ جڑانوالہ)

گھر کو گھر بنانا اور آپ کو خوش و مطمئن رکھنا محض آپ کی بیوی ہی کی ذمہ داری نہیں ہے بلکہ آپ کی ذمہ داری بھی ہے۔ جس طرح آپ چاہتے ہیں کہ بیوی آپ کی مرضی اور خواہش کے مطابق کام کرے۔ اسی طرح ایک شوہر اور خاندان کا سربراہ ہونے کے ناطے آپ پر بھی ذمہ داری عائد ہوتی ہے کہ آپ اپنی بیوی کی جائز خواہشات کا احترام کریں اس مقصد کے لیے ضروری ہے کہ آپ اس کی پسند و ناپسند معلوم کریں۔ یہ جاننے کی کوشش کریں کہ آپ کی بیوی آپ سے کیا چاہتی ہے؟ اور کیا نہیں چاہتی؟

ماہرین نے اس ضمن میں بتایا ہے کہ میاں اور بیوی کے درمیان جسمانی اور معاشرتی فرق کی وجہ سے دونوں کے درمیان غلط فہمیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ جس کے نتیجے میں گھریلو زندگی متاثر ہوتی ہے۔ ان اختلافات کی وجہ جان کر اور ان کا مداوا کر کے میاں بیوی ایک دوسرے کے قریب آسکتے ہیں اور اپنی گھریلو زندگی کو خوش گوار بنا سکتے ہیں۔ ذیل میں ہم چیدہ چیدہ نکات بیان کر رہے ہیں۔ جن سے اندازہ کیا جا سکتا ہے کہ آپ کی بیوی آپ سے کیا چاہتی ہے؟ ان نکات کو غور سے پڑھ کر اور ان کے مطابق عمل کر کے آپ بیوی کو خوش اور گھر کے ماحول کو خوش گوار بنا سکتے ہیں۔

پرکشش رہنے کی خواہش: ایک بیوی کے لیے یہ بات بہت اہم ہوتی ہے کہ اس کے شوہر کی نظر میں وہ خوبصورت اور پرکشش ہو۔ خواہ وہ کتنی ہی موٹی، بھدی اور سانولی کیوں نہ ہو۔ آپ نے بھی غور کیا ہوگا کہ بیویاں آئے دن اپنے شوہروں سے سوال کرتی ہیں ''میں کیسی لگ رہی ہوں'' اس سوال کے پیچھے اصل میں ان کی یہ نفسیات کام کر رہی ہوتی ہیں کہ ان کے شوہر اب بھی ان میں دلچسپی رکھتے ہیں یا نہیں۔ اس قسم کے سوالوں کے مثبت اور پُر محبت جواب دیجئے۔ کیا میں آج بھی اتنی ہی پیاری ہوں کہ جب دلہن بنی تھی؟ کیا میں آج بھی جوانی کی طرح پرکشش ہوں؟ وغیرہ وغیرہ۔ اس قسم کے سوالات ہیں۔ جن کا کوئی واضح اور درست جواب گو بہت مشکل ہوتا ہے۔ تاہم بیوی کا یہ سوالات کرنے کا اصل مقصد محض یہ اندازہ لگانا ہوتا ہے کہ کیا اب بھی وہ مجھ سے اتنا ہی پیار کرتا ہے جتنا کہ وہ ابتدائی ایام میں کرتا تھا؟ اگر آپ بیوی کو اس موقع پر خوش و مطمئن کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں اور اسے اپنی محبت کا یقین دلاتے ہیں تو وہ آپ کے لیے ہر قسم کی قربانی دینے کے لیے پہلے سے زیادہ مستعد رہے گی۔

جسمانی سے زیادہ جذباتی لگاؤ: مردوں اور عورتوں میں ایک بڑا نازک اور اہم فرق یہ ہوتا ہے کہ مرد اپنی بیوی سے جسمانی و جنسی لگاؤ کا زیادہ خواہش مند ہوتا ہے۔ جب کہ عورت کو اپنے مرد سے جذباتی اور قلبی لگاؤ کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ نازک فرق میاں اور بیوی کے درمیان ناچاقی کا باعث بھی بن جاتا ہے۔ جو مرد اپنی بیویوں سے کم کم بولتے ہیں۔ ان کی باتوں پر توجہ نہیں دیتے، انہیں اس بات پر خاص توجہ دینی چاہیے کہ ان کی بیویاں ان کی آواز سننے کے لیے بے تاب رہتی ہیں۔ حتیٰ کہ اگر دفتر سے ان کے شوہر کا فون آجائے اور انہیں ایک جملہ ہی سننے کو مل جائے تو گھنٹوں شوہر کی آواز ان کے کانوں میں رس گھولتی رہتی ہے۔ شوہروں کو چاہیے کہ گھر سے دفتر اور دفتر سے گھر آتے وقت چند جملے دل لگی اور چاہت کے انداز میں ضرور کریں تاکہ وہ آپ کی عدم موجودگی میں آپ کی باتوں کو سوچ کر خوش و خرم رہے۔

گھریلو اشیاء کے تحفے: تحفہ یقیناً محبت بڑھاتا ہے اور الفت پیدا کرتا ہے اور میاں بیوی کے درمیان تعلق میں تو اس کی اہمیت اور بڑھ جاتی ہے لیکن تحفے کا انتخاب اصل چیز ہے۔ مرد اپنی بیویوں کو کوئی گھریلو شے تحفے میں دے تو اس سے بیوی کو خاص دلچسپی نہیں ہوتی۔ اس قسم کے تحفوں میں بیوی سے انس اور پیار و محبت کا عکس نظر نہیں آتا۔ جب آپ اس قسم کا کوئی تحفہ اپنی بیوی کو دیتے ہیں تو بیوی پر یہ ظاہر ہوتا ہے کہ آپ کو اپنی بیوی سے زیادہ اپنی پسند اور خواہش کی پرواہ ہے۔ بیوی اپنے شوہر سے ایسا تحفہ چاہتی ہے جس سے یہ اظہار ہو کہ شوہر نے بیوی کی خواہش کا احترام کیا ہے۔ مثال کے طور پر اپنی بیوی کو اس کی پسند کی کوئی کتاب، رسالہ یا اس کی پسند کے کپڑے اور جیولری کا تحفہ دینا بیوی کے لیے زیادہ خوشی کا باعث ہوگا۔ اس لیے شوہروں کے لیے ضروری ہے کہ وہ اپنی بیوی کی پسند پر نظر رکھیں اور پھر جان لینے کے بعد جب بھی موقع ملے، چاہت سے پیش کر دیں یقیناً آپ کی بیوی جھوم اٹھے گی۔

اولین ترجیح کی تمنا: یہ بات ذہن میں رکھیے کہ مرد اور عورت کے حسد کی وجہ الگ الگ ہوتی ہے۔ مثلاً جنسی طور پر زیادہ فعال بیوی سے شوہر بدگمان ہو سکتا ہے۔ جب کہ بیوی اس وقت کڑھتی ہے جب اس کا شوہر اس سے دور رہتا ہے۔ خواہ دوستوں میں بیٹھا ہو یا اخبار پڑھ رہا ہو۔ ایک بیوی یہ محسوس کرنا چاہتی ہے کہ وہ اپنے شوہر کی پہلی ترجیح ہے۔ آپ ایک شوہر ہیں اور یقیناً آپ کی بیوی آپ کی اولین ترجیح ہے۔ اس لیے ہو سکتا ہے کہ آپ یہ کہیں کہ میری بیوی یہ جانتی ہے کہ وہ میری اولین ترجیح ہے۔ لیکن جب آپ گھر سے باہر ہوتے ہیں تو آپ کی بیوی کئی قسم کے وسوسوں کا شکار ہو کر بعض اوقات اس شک میں مبتلا ہو سکتی ہے کہ شائد وہ آپ کی اولین پسند نہ ہو۔ یہی معاملہ اس وقت بھی پیش آسکتا ہے جب آپ گھر پر ہوتے ہوئے بھی بیوی پر بھرپور توجہ نہ دے رہے ہوں۔ وہ ایسے میں خیال کرتی ہے کہ آپ اسے مسترد کر چکے ہیں اس لیے ضروری ہے کہ جب آپ گھر پر ہوں تو اپنی بیوی پر بھرپور توجہ دیجئے۔ اس کے کاموں کی تعریف کیجئے اور زیادہ سے زیادہ وقت اس کے ساتھ گزاریئے تاکہ آپ کی بیوی کسی بھی قسم کے وسوسے یا شکوک و شبہات میں مبتلا ہو کر گھریلو امن و سکون اور سلامتی کو تہہ و بالا نہ کر دے۔ کامیاب زندگی گزارنے کے لیے یہ ایک اہم اصول اور بنیادی نقطہ ہے۔

بیوی کا ہاتھ بٹائیں: آپ کتنے ہی بڑے عہدے پر کیوں نہ ہوں۔ گھریلو زندگی کو خوشگوار بنانے کے لیے بیوی کے ساتھ کام کاج میں شرکت مفید ہے۔ وہ چاہتی ہے کہ چھٹی کے دن اگر وہ سالن بنا رہی ہے تو آپ سلاد کاٹ لیں وہ برتنوں پر صابن لگا کر پانی سے دھو رہی ہے تو آپ یہ برتن اٹھا کر الماری میں رکھتے جائیں۔ بیوی کو اس وقت بہت خوشی ہوتی ہے کہ جب وہ اپنے شوہر کو اپنے ساتھ گھریلو کام کاج کرتے دیکھتی ہے۔ عام طور پر شوہر یہ سمجھتے ہیں کہ امور خانہ داری محض بیویوں کی ذمہ داری ہے اور وہ گھر میں کھانا کھانے، اخبار پڑھنے اور صرف سونے آتے ہیں۔ سوچ کا یہ انداز بالکل غلط ہے۔ گھر کی زندگی ایک جماعت اور ٹیم کی طرح ہے۔ چنانچہ یہ گھریلو کام جس طرح عورت کی ذمہ داری ہے، اسی طرح شوہر کی بھی ہیں۔ یاد رکھیے! آپ کی بیوی آپ کو محض اپنا شریک حیات ہی تصور نہیں کرتی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

سر درد کا آسان علاج: احتیاط سے نسوار کی مانند پیا ہوا نمک سونگھ لیجئے درد سر کو آرام ہوگا، پیاز کاٹ لیجئے اور اسے سونگھنے سے بھی سر درد ختم ہوگا

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اوراس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

گزشتہ ماہ کے جوابات

میاں بیوی کے درمیان جھگڑا: اپنے میاں کے لیے آپ سورۃ والضحیٰ ہر نماز کی ہر رکعت میں پڑھیں اور دوسری رکعت میں سورۃ نصر پڑھیں۔ 90 دن یہ عمل کریں۔ آپ حیران ہوں گے لاجواب چیز ہے۔ (عظمیٰ قریشی۔ شکاگو امریکہ)

اپنے میاں کی محبت اور جھگڑے ختم کرنے کے لیے آپ سورۃ یسٰین روزانہ 7 بار پڑھیں اور پانی پر دم کرکے انہیں پلائیں 40 دن کریں۔ (وجیہہ ظفر۔ ڈیفنس کراچی) آپ اپنے میاں کے لیے ''یالطیف، یاودود'' 1100 بار صبح وشام پڑھیں۔ 33 دن تک سخت تصور ضروری ہے۔ (عاصرہ ممتاز۔ کینیڈا)

ابروؤں کا حسن وخوبصورتی: گزشتہ شمارے کے سوال کے جواب میں فاطمہ کو اپنا تجربہ بتاتی ہوں کہ وہ روغن زیتون اور ناریل کا تیل ہم وزن ملا کر اس پر سورۃ الم نشرح 313 بار پڑھ کر دم کریں اور سوتے وقت درود شریف پڑھتے ہوئے یہ ابرو پر لگائیں۔ گھنے اُگیں گے اور نہایت خوبصورت ہوں گے۔ (مسز احتشام۔ باغ) فاطمہ کے جواب میں میرا تجربہ یہ ہے کہ صرف کیسٹر آئل اور ہلدی آپس میں ملا کر رات سوتے وقت لگائیں کیسٹر آئل ایک حصہ، ہلدی چوتھائی حصہ بھنوؤں پر خوب ملیں، لاجواب ٹوٹکہ ہے خود گھر میں کئی بار آزمایا ہے۔ (آمنہ گفتار۔ ملتان) صرف ہر نماز کے بعد **یا واسع یا کریم** سانس روک کر 11 بار پڑھیں اور ہاتھ پر پھونک مار کر بھنوؤں پر ملیں۔ (میمونہ لطیف شیخ۔ کراچی)

عورتوں کی طرح سینہ: عزیز صاحب جن کا مسئلہ ہے کہ سینہ لٹکا ہوا ہے آپ کو یہ حل بتاتا ہوں کہ آپ اپنے ہارمونز کا علاج کرائیں ورنہ یہ مسئلہ بڑھتا چلا جائے گا۔ فوری طور پر ہارمونز کے خصوصی ماہر کو چیک کرائیں۔ (ادریس۔ کوئٹہ)

عزیز حسن صاحب آپ مایوس نہ ہوں ایک ٹوٹکہ بتاتے ہیں لیکن کچھ عرصہ کرنا شرط ہے وہ یہ ہے کہ آپ ہلدی کو بطور خوراک سالن یا کیپسول میں بھر کر مختلف انداز میں استعمال کریں ہلدی سے آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ کم از کم 6 ماہ استعمال کریں۔ (ڈاکٹر عمران حیدر۔ بحرین)

منہ سے رال بہتی ہے: منصور الحسن صاحب، آپ کتھا اور کافور دونوں ہم وزن پیس کر منہ میں ملیں اور 20 منٹ کے بعد کلی کریں اگر ایسا دن میں 3 بار کریں اور کچھ عرصہ متواتر کریں فائدہ ہوگا۔ (عصمت واصف۔ حیدرآباد) منصور صاحب آپ کھجور کے پتے مٹھی بھر پانی میں ابال کر اسکی کلیاں کریں۔ دن میں کم از کم 2 بار ایسا کریں۔ کم از کم 40 دن تک، بہت فائدہ ہوگا۔ (کنیز فاطمہ۔ لاہور)

پستانوں سے ریشہ بہنا: بہن عاصمہ آپ صرف شہد اپنے پستانوں کے نپل پر لگایا کریں۔ ان سے ریشہ آنا ختم ہو جائے گا خود میرا یہی مسئلہ تھا بہت کریمیں اور دوائیں لگائیں آخر کار ایک بڑی بوڑھی نے شہد کا یہی ٹوٹکہ بتایا۔ دوبار یا تین بار ضرور لگائیں۔ (مختاراں خاتون۔ میاں چنوں)

کاروباری مسائل: کاروباری مسائل کے سلسلے میں آپ سورۃ قریش 121 بار تمام گھر والے پڑھیں۔ ہر بار تسمیہ ساتھ ہو اور گھر کا ہر فرد یہ تعداد پڑھے 90 دن تک۔ (حافظ عبداللطیف قریشی۔ وزیرآباد)

کاروباری زوال اور بندش کے لیے سورۃ آل عمران کی پہلی آیت **الم** سے لیکر......... **الحی القیوم** تک 786 بار صبح و شام کئی ماہ گھر کا ہر فرد پڑھے۔ (ناہید اخلاق۔ ساہیوال)

بیوی روٹھ گئی: عباس عباسی صاحب آپ بیوی کے لیے **''یالطیف یا ودود''** 11 سو بار صبح وشام پڑھیں۔ 40 دن تک۔ (عاصرہ ممتاز۔ کینیڈا)

بولنے کا درست انداز: سورۃ والضحیٰ 40 بار صبح وشام پڑھیں۔ 90 دن تک لاجواب چیز ہے یقین اعتماد اور توجہ شرط ہے۔ (طارق کمال۔ دنیاپور)

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کردیتے ہیں۔

شیخ الاسلام کا تھیلا

حکیم الامت اپنے مال کا خمس یعنی پانچواں حصہ جو کہ بیس فی صد بنتا ہے، نکال کر الگ تھیلے میں رکھ لیتے تھے

(تحریر: حافظ میاں محمد قاسم۔ قصور پورہ لاہور)

اللہ والوں کا طریقہ یہ تھا کہ وہ اپنی آمدنی کا ایک حصہ نکال کر الگ کر لیتے تھے تاکہ صدقہ کر سکیں۔

شیخ الاسلام لکھتے ہیں کہ ''میں نے اپنے والد ماجد مفتی اعظم پاکستان سے سنا ہے کہ حکیم الامت اپنے مال کا خمس یعنی پانچواں حصہ جو کہ بیس فی صد بنتا ہے، نکال کر الگ تھیلے میں رکھ لیتے تھے تاکہ ان کو مصارف خیر میں خرچ کر سکیں۔

علامہ عثمانی قدس سرہ کے بارے میں فرماتے تھے، وہ اپنی آمدنی کا دسواں حصہ اسی کام کے لیے نکالا کرتے تھے۔

حضرت والد ماجد صاحبؒ نے یہ کر رکھا تھا کہ جو آمدنی محنت سے حاصل ہو، اس کا بیسواں حصہ اور جو بلا محنت کے ہو، اس کا دسواں حصہ نکالا کرتے تھے۔ انہوں نے ایک تھیلہ بنا رکھا تھا۔ اس پر صدقہ وخیرات لکھا ہوا تھا۔ اس کا فائدہ یہ ہوتا تھا کہ نفس خرچ کرنے پر آمادہ رہتا ہے اور وقت پر انسان کو سوچنا نہیں پڑتا تھا۔ ان کے پاس دس روپے آئے تو فوراً اس میں سے ایک روپیہ الگ کرنا چاہا لیکن پیسے ٹوٹے ہوئے (کھلے) نہ تھے تو کسی کو بھیج کر ٹوٹے ہوئے پیسے منگوائے اور اس میں سے ایک روپیہ اس تھیلے میں ڈال دیا۔ اس اہتمام کی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے اس تھیلے میں ایسی برکت رکھی تھی کہ میں نے خود دیکھا کہ حضرت والا صاحبؒ نے اس تھیلے کے ذریعے ایسے ایسے کام کیے کہ عقل حیران رہ جاتی ہے کہ یہاں بیٹھے بیٹھے اپنے ہندوستان کے اعزہ کے کام کر دار ہے ہیں اور اسی کی برکت سے کبھی وہ تھیلا میں نے خالی نہیں دیکھا۔ یہ کام بظاہر دشوار دکھائی دیتا ہے لیکن اس سے بہت سے لوگوں کے حقوق ادا ہو جاتے ہیں۔ یہ کام ہر انسان کر سکتا ہے خواہ کتنا ہی غریب ہو۔ مثلاً ایک آدمی کے پاس ایک روپیہ آیا اور اس نے ایک آنہ نکال لیا ہوتے ہوتے وہ ایک روپیہ بن گیا اور وہ اس نے صدقہ کر دیا تو وہ صدقہ اور ایک امیر آدمی کا ایک لاکھ میں سے ایک ہزار کا صدقہ دونوں برابر ہیں۔ اس لیے کہ دونوں نے برابر حصہ نکالا ہے۔ اللہ تعالیٰ گنتی کو نہیں دیکھتے، وہ تو دل اور جذبہ کو دیکھتے ہیں۔ دنیا اور مال کی محبت سارے فساد کی جڑ ہے۔ اس کو ختم کرنے کے لیے ہی صدقات کا حکم اور ترغیب دی گئی ہے۔

حضرت فضیل بن عیاض رح

انتخاب (حافظ شہزاد احمد۔ فیصل آباد)

اللہ تعالیٰ بندے کو دوست بناتا ہے تو بہت تکالیف دیتا ہے اور جب دشمن بناتا ہے تو دنیا اس پر فراخ کر دیتا ہے۔ ہر چیز کی زکوۃ ہے اور عقل کی زکوۃ غم ہے۔ جس پر خوف الٰہی غلبہ پالیتا ہے اس کے منہ سے کوئی فضول اور غیر مفید بات نہیں نکلتی

ابتدائی حالات زندگی: حضرت فضیل بن عیاضؒ بڑے زبردست اور یگانۂ روزگار ولی گذرے ہیں۔ اللہ کی کرم نوازی دیکھیں کہ پہلے ڈاکہ زنی کرتے تھے۔ مگر توبہ کرنے کے بعد بارگاہِ خداوندی میں وہ مقام پایا کہ جس کا حساب نہیں۔ ابتداء میں عجیب حالت تھی۔ ایک گھنے جنگل میں نگاہوں سے دور، خیمہ زن رہتے۔ پشینہ کی ٹوپی ٹاٹ کے کپڑے، گلے میں تسبیح۔ نماز کے اتنے پابند کہ کبھی بلا جماعت نماز نہ پڑھتے اور ساتھیوں میں سے بھی جو نماز نہ پڑھتا اسے اپنے سے علیحدہ کر دیتے۔ جتنے خدام تھے وہ بھی نمازی تھے۔ حیرت انگیز امر یہ ہے کہ عبادت میں گونہ انہماک بھی تھا۔ نفلی روزے بکثرت رکھتے۔ سب کے سب چور ڈاکو اور سب کے سب نمازی وعبادت گزار۔ بڑے بڑے قافلے لوٹتے۔ ڈاکو لوٹ کا سارا مال لاکر آپ کے سامنے رکھ دیتے۔ چونکہ آپ سردار تھے اور مال آپ ہی تقسیم کرتے لہٰذا حسب پسند مال اپنے لئے رکھ لیتے۔ ایک روز ایک بڑا قافلہ ادھر سے گزرا۔ ڈاکو اس پر حملہ آور ہوئے۔ ایک شخص قافلہ سے علیحدہ ہو کر اپنی نقدی کسی محفوظ جنگل میں دفن کرنے کو نکل گیا اس نے جو دیکھا کہ خیمہ میں ایک شخص تسبیح ومصلےٰ سمیت بیٹھا ہے تو اس نے بزرگ سمجھ کر روپیہ اس کے سپرد کر دیا اور قافلہ میں آ گیا۔ قافلہ کے لٹنے کے بعد وہ خیمہ کی طرف روپیہ لینے آیا تو کیا دیکھتا ہے کہ ڈاکو وہاں بیٹھے ہوئے لوٹا ہوا مال باہر تقسیم کر رہے ہیں۔ وہ بہت پریشان ہوا کہ میں نے اپنی نقدی اپنے ہاتھوں ڈاکوؤں کے حوالے کر دی۔ وہ خوف سے پیچھے مڑا ہی تھا کہ حضرت فضیلؒ نے دیکھ کر دور سے آواز دی۔ یہ ڈرتا ڈرتا گیا۔ پوچھا کیوں آیا ہے؟ آہستہ سے رک رک کر کہا کہ اپنی امانت لینے آیا تھا۔ آپ نے اس کی امانت بلا تکلف اس کے سپرد کر دی۔ ڈاکوؤں کے استفسار پر آپ نے اس کی یہ توجیہہ کی کہ اس شخص نے میرے متعلق نیک گمان کیا تھا اور میں بھی اللہ تعالیٰ پر نیک گمان کرتا ہوں۔ میں نے اس کا گمان سچ کر دیا تاکہ اللہ میرے گمان کو سچ کر دے۔ اس کے بعد دوسرا قافلہ گذرا اور وہ بھی لوٹ لیا گیا۔ قافلہ ہی کے ایک شخص نے پوچھا کہ تمہارا سردار کہاں ہے۔ بولے دریا کے کنارے نماز پڑھ رہا ہے۔ کہا نماز کا وقت تو نہیں۔ بولے نفلی نماز پڑھ رہے ہیں۔ پوچھا کہ وہ تمہارے ساتھ کھانے میں شامل نہیں۔ بولے روزے سے ہے کہا رمضان تو نہیں ہے بولے نفلی روزے رکھے ہوئے ہے۔ یہ شخص متعجب ہو کر آپ کے پاس آیا اور پوچھا حضرت نماز روزے کی یہ دھوم دھام اور اس پر چوری اور ڈاکہ زنی۔ فرمایا کیا تو نے قرآن میں وہ آیت نہیں پڑھی جس کا مفہوم یہ ہے کہ" جنہوں نے اپنے گناہوں کا اعتراف کیا اور نیک اور برے دونوں عمل کیے اللہ تعالیٰ قادر ہے کہ انہیں بخش دے اور ان کے گناہ معاف کر دے گا۔

توبہ کی کیفیت: عشق نے قلب میں آگ لگائی، غربانوازی نے کشش پیدا کی، عبادت وریاضت نے دل کو نرم کیا اور آقائے حقیقی کا کرم ہوا۔ شب کے وقت ایک قافلہ ادھر سے گزرا۔ ایک شخص اونٹ کی پشت پر بیٹھا ہوا قرآن شریف پڑھتا جارہا تھا کہ یہ آیت آپ کے گوش زد ہوئی" اَلَمْ یَاْنِ لِلَّذِیْنَ اٰمَنُوْٓا اَنْ تَخْشَعَ قُلُوْبُھُمْ لِذِکْرِ اللّٰہِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ "(سورۃ حدید آیت نمبر 16) یعنی کیا ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ ایمانداروں کے قلوب اللہ کے ذکر سے لرزنے لگیں۔

ایک برق تھی جو کوندگئی ایک تیر تھا جو جگر میں پیوست ہو گیا۔ ایک چنگاری تھی جس نے جی جان میں ایک آگ لگادی۔ آپ" آگیا" کہتے ہوئے بے تابانہ نکل کھڑے ہوئے۔ زاروقطار روتے تھے اور جنگل میں ادھر ادھر دوڑتے پھرتے تھے۔ تمام معاصی گذشتہ سے توبہ کی۔ جس جس کا مال لوٹا تھا اور اسے آپ جانتے تھے فرداً فرداً اس کے پاس پہنچے اور قصور معاف کراتے۔ انہی میں ایک شقی القلب یہودی بھی تھا وہ کسی طرح معاف کرنے پر راضی نہ ہوتا تھا۔ پہلے اس نے ریت کے ایک بڑے ٹیلے کو اٹھا کر پھینک دینے کی شرط عائد کی، جو ایک ہوائے غیبی سے راتوں رات فنا ہو گیا۔ پھر بولا اچھا میں قسم کھاچکا تھا کہ جب تک میرا مال نہ دے گا میں معاف نہ کروں گا۔ میرے سرہانے اشرفیوں کی تھیلی رکھی ہوئی ہے وہ زمین سے نکال کر مجھے دے دیجئے۔ آپؒ نے اسی وقت تھیلی نکال کر اس کے حوالے کی۔ یہودی یہ دیکھ کر فوراً مسلمان ہو گیا بولا میں نے توراۃ میں دیکھا ہے کہ جو شخص سچی توبہ کرتا ہے وہ اگر مٹی میں ہاتھ ڈالے تو سونا ہو جاتی ہے۔ میں نے اسی آزمائش کے لیے ایک تھیلی خاک سے بھر کر رکھ لی تھی۔ اب مجھے علم ہو گیا ہے کہ تمہاری توبہ بھی سچی ہے اور دین بھی حق ہے۔

اقوال زریں: فرمایا جب اللہ تعالیٰ بندے کو دوست بناتا ہے تو بہت تکالیف دیتا ہے اور جب دشمن بناتا ہے تو دنیا اس پر فراخ کر دیتا ہے۔ ہر چیز کی زکوٰۃ ہے اور عقل کی زکوٰۃ غم ہے۔ جس پر خوف الٰہی غلبہ پالیتا ہے۔ اس کے منہ سے کوئی فضول اور غیر مفید بات نہیں نکلتی اور دنیا کی غیبت کرنا ترک کر دیتا ہے اور اللہ سے ڈرنے والے سے ہر چیز ڈرتی ہے اور جو اس سے نہیں ڈرتا اس سے کوئی نہیں ڈرتا اور بندہ کا علم اس کے عمل کے مطابق ہوتا ہے اس وقت تک دنیا میں کسی کو کوئی چیز نہیں ملتی جب تک کہ آخرت کے توشے اس کے لیے کم نہ کر لئے گئے ہوں۔ فرمایا تین چیزوں کی تلاش عبث ہے کہ وہ نایاب ہیں اولاً ایسا عالم جس کا عمل اس کے علم کے برابر ہو۔ ثانیاً ایسا عامل جس کا اخلاص اس کے اعمال کے مساوی ہو۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ٹائیفائیڈ سے نجات کے لیے

میرا ایک آزمودہ خصوصی نسخہ ٹائیفائیڈ کے لیے ہے۔ بغیر کسی سائیڈ ایفیکٹ کے آرام آجاتا ہے۔ ایک دوست کے چھوٹے بچے کو بخار کی شدت کی وجہ سے جسم میں پانی کی کمی ہو گئی اس کے علاج پر 17 ہزار خرچ ہو چکے تھے۔ مگر آرام نہیں آیا تھا۔ میں نے دوائی تجویز کی۔ دودھ کے ساتھ چائے کے چمچ کا چوتھائی حصہ دوائی 3 وقت دی۔ اس طرح جوانوں کو کیپسول میں ڈال کر اور بڑوں کو 1/2 چمچ چائے والا ہمراہ دودھ دیں۔ پانی کی کمی، بخار، معدہ، جگر کی اصلاح ہو جاتی ہے۔

نسخہ: افسنطین اور مغز کرنجوہ ہموزن ایک ایک تولہ دوائی 3 دن لیں۔ صبح، دوپہر، شام، (مرسلہ: محمد ادریس۔ ایبٹ آباد)

برائے تپ نوبت: اَللّٰہُ شَافِی اَللّٰہُ کَافِی پڑھ کر گرم پانی پر دم کر کے دے دے اور پلادے مجرب ہے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

نکسیر پھوٹتی ہے

میرے بھائی کی عمر بارہ سال ہے۔ چار سال سے گرمی کے موسم میں روزانہ نکسیر پھوٹ جاتی ہے اور کافی خون نکل جاتا ہے۔ ہم نے دیسی علاج کیے، ڈاکٹر کی دوا لا کر دی مگر کوئی آرام نہیں۔ آپ کوئی ٹوٹکہ بتائیے جس سے اسے آرام آجائے۔ میرے والد کو بھی گرمی کے موسم میں آنتوں سے خون آتا ہے۔ سردی میں بالکل ٹھیک رہتے ہیں۔ ان کے لیے بھی دوا کی ضرورت ہے۔ (مہرین گل۔ کراچی)

☆ بی بی! پچھلے دنوں دو تین آدمیوں کو میں نے نکسیر پھوٹنے پر بطور علاج، آملہ، تجویز کیا تھا۔ اب چار ہفتے گزرنے کے بعد بھی ان کی نکسیر نہیں پھوٹی۔ آپ بھی خشک آملہ سو گرام خریدیں، ساٹھ گرام آملے علیحدہ تلوائیے۔ اب مٹی کی صراحی یا کوری مٹی کا گھڑا خریدیں، اسے دھو کر اس میں سو گرام آملے صاف کر کے ڈال دیجئے اور پانی بھر دیجئے۔ جب پیاس لگے یہی پانی پلائیے۔ باقی ساٹھ گرام آملے باریک پیس کر رکھ لیجئے۔ سفوف کا ایک بڑا چمچہ تھوڑے سے پانی میں رات کو بھگو دیجئے۔ صبح بچے کے سر کے درمیان میں اس کا لیپ کیجئے اور ناک پر بھی لگائیے، اس سے نکسیر بند ہو جاتی ہے۔ اپنے والد صاحب کو بھی یہ پانی پلائیے۔ پیشاب اور پاخانے میں خون آتا ہو تو آملے کے پانی سے رک جاتا ہے۔ کھانے میں دہی، کھیرا، ٹینڈے، گھیا استعمال کیجئے اور بڑا گوشت نہ کھائیے۔ غذا سے بہت فرق پڑتا ہے۔ باہر دھوپ میں جائیں تو سر پر گیلا کپڑا رکھ کر جائیں۔ ہو سکے تو ہرے پتے کپڑے کے درمیان میں رکھ لیں۔ ہرے پتوں سے دھوپ کی تپش کم ہو جاتی ہے۔

سرخ شملہ مرچ

آج کل دکانوں پر سبزی لینے جائیں تو سرخ کشمیری مرچ نظر آتی ہے۔ پہلے صرف ہری شملہ مرچ ملتی تھی جسے ہم قیمے یا گوشت میں پکا لیتے تھے۔ اس سرخ شملہ مرچ کا فائدہ کیا ہے؟ کیا ہم اسے پکا سکتے ہیں؟ (رابعہ ظفر، واہ کینٹ)

☆ بی بی! سبز ہری مرچ ہو یا شملہ مرچ، مرچوں کی سب اقسام میں حیاتین الف (اے) ہوتا ہے۔ ہمیں روزانہ دس ہزار یونٹ حیاتین اے اپنی غذا میں شامل کرنا چاہیے۔ مرچ کو اپنی روزمرہ غذا میں شامل کیجئے۔ جس سرخ مرچ سے آپ ڈر رہی ہیں وہ تو بہت زیادہ فائدہ مند ہے۔ ایک سرخ مرچ میں ۴۲۲۰ یونٹ حیاتین الف ہوتے ہیں اور حیاتین سی کی مقدار دوسری مرچوں کے مقابلے میں دگنی ہوتی ہے۔ آپ کو جب سرخ مرچ نظر آئے خرید لیجئے اور سلاد، نمکین سویاں اور قیمے میں ملا کر کھائیے۔

نکاح پر لڑکی کی مرضی ضروری ہے

دو بچیوں کے خط آئے ہیں۔ ایک مسقط عمان میں رہتی ہے اور دوسری کراچی میں۔ دونوں کا ایک ہی مسئلہ ہے۔ والد پڑھے لکھے باشعور شخص ہیں مگر اپنی مرضی سے بیٹی کی شادی کرنا چاہتے ہیں۔ پہلے ایک بچی کے والد نے ماموں زاد بھائی سے رشتہ کرایا پھر خاندان والوں کے کہنے پر توڑ دیا حالانکہ رشتے میں لڑکی کی مرضی شامل تھی۔ اب وہ اپنی مرضی سے لڑکی کی شادی کرنا چاہتے ہیں اور اسے قتل کر دینے کی دھمکی بھی دیتے ہیں۔ دوسری لڑکی کا بھی کم و بیش یہی مسئلہ ہے۔ دونوں بچیاں سخت پریشان ہیں اور دونوں کا سوال مشترکہ ہے کہ اسلام میں زبردستی کا نکاح جائز ہے یا نہیں؟

☆ دونوں بچیوں کے خط میرے سامنے ہیں مجھے علم ہے کہ انہوں نے شدید پریشانی کے عالم میں خطوط لکھے ہیں۔ نکاح کے وقت لڑکی کی مرضی اشد ضروری ہے، یہ بات سب لوگ جانتے ہیں۔ مزید تحقیق اور علماء اکرام سے مشورہ کرنے پر انہوں نے بتایا ”قرآن مجید میں اگرچہ قاعدہ مقرر کیا گیا ہے کہ عورت کے نکاح میں اس کے اولیاء کی رائے کا بھی دخل ہونا چاہیے، لیکن نبی کریم ﷺ نے اپنے قول و عمل سے اس قاعدے کی جو تعبیر فرمائی ہے اس سے معلوم ہوتا ہے کہ اولیاء کی رائے کے دخل ہونے کے یہ معنی نہیں کہ عورت اپنی زندگی کے اس اہم معاملے میں بالکل ہی بے اختیار ہے۔ بخلاف اس کے حضور ﷺ نے التزاماً عورت کو یہ حق دیا ہے کہ نکاح کے معاملے میں اس کی رضامندی حاصل کی جائے۔ چنانچہ ابوداؤد، نسائی، ابن ماجہ اور مسند امام احمد میں حضرت ابن عباسؓ سے یہ حدیث منقول ہے کہ ایک لڑکی نے حضور ﷺ سے شکایت کی کہ اس کے باپ نے اس کی مرضی کے خلاف اس کی شادی کر دی ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ تجھ کو رد و قبول کا اختیار ہے۔ نسائی میں حضرت خنساءؓ کی روایت ہے کہ ان کے باپ نے ان کا نکاح ان کی مرضی کے خلاف کر دیا تھا۔ رسول پاک ﷺ نے ان کو بھی یہی اختیار دیا۔ دارقطنی میں حضرت جابرؓ کی روایت ہے کہ ایک مقدمہ میں حضور ﷺ نے محض اس بناء پر زوجین میں تفریق کرا دی تھی کہ نکاح لڑکی کی مرضی کے خلاف ہوا تھا۔

نسائی میں حضرت عائشہؓ سے مروی ہے کہ ایک عورت نے حضور ﷺ سے شکایت کی کہ اس کے باپ نے اس کی مرضی کے خلاف اپنے بھتیجے سے اس کا نکاح کر دیا ہے۔ آپ ﷺ نے اسے اختیار دیا کہ وہ چاہے تو شوہر کو قبول کرے ورنہ رد کر دے۔ اس پر اس عورت نے عرض کیا۔ ”یا رسول اللہ ﷺ! میرے باپ نے جو کچھ کیا اسے میں نے منظور کیا۔ میرا مقصد تو صرف عورتوں کو یہ بتانا تھا کہ ان کے باپ اس معاملے میں مختار نہیں ہیں۔“ مسلم، ابوداؤد، ترمذی، نسائی اور موطا میں نبی پاک ﷺ کا ارشاد گرامی ہے ”شوہر دیدہ عورت اپنے ولی سے بڑھ کر اپنے نفس کے معاملے میں فیصلہ کرنے کا حق رکھتی ہے اور باکرہ سے اس کے نفس کے معاملے میں اذن لیا جائے۔“ حضرت ابوہریرہؓ سے مروی ہے کہ حضور پاک ﷺ نے فرمایا ”شوہر دیدہ عورت کا نکاح نہ کیا جائے جب تک اس سے اجازت نہ لے لی جائے اور باکرہ کا نکاح نہ کیا جائے۔ جب تک اس کا اذن نہ لیا جائے۔“ لڑکی کو حق حاصل ہے کہ وہ اپنی مرضی سے نکاح کر سکتی ہے۔ اپنے اپنے والد کو یہ جواب پڑھوا دو، ان شاء اللہ تعالیٰ وہ آپ کی مرضی کو مقدم جانیں گے۔ عموماً والدین اپنی اولاد کے لیے دیکھ بھال کر ہی نکاح کرتے ہیں، وہ اپنی اولاد کا برا نہیں چاہتے، لیکن جہاں لڑکی کی مرضی نہ ہو وہاں نکاح ہو نہیں سکتا۔

چھوٹا قد

خالدہ راولپنڈی سے لکھتی ہیں ”ساڑھے سترہ سال کی ہوں اور قد صرف پانچ فٹ ہے۔ قد لمبا کرنے کے لیے کوئی مشورہ دیں، میں بہت پریشان ہوں۔“

☆ خالدہ بی بی! بیس سال کی عمر تک قد بڑھتا ہے۔ آپ پریشان ہونے کی بجائے صبح شام لٹکنے کی ورزش شروع کیجئے، اس سے بہت فرق پڑے گا، کسی دوا کی ضرورت نہیں۔ آپ کے گھر والے کہتے ہیں کہ بارہ تیرہ برس کے بعد قد نہیں بڑھتا، یہ بات بالکل غلط ہے۔ بیس سال کی عمر تک قد آہستہ آہستہ بڑھتا رہتا ہے۔ کچھ بچیاں بلوغت کے آغاز ہی میں ایک دم قد نکال لیتی ہیں اور کچھ آہستہ آہستہ بڑھتی ہیں۔

غم وفکر کے لیے علامہ آلوسیؒ کا ورد

عامل حضرات کو اپنے عمل میں تاثیر پیدا کرنے کیلئے بہت محنت کرنی پڑتی ہے اور اس میں بہت سا وقت روزانہ صرف ہوتا ہے اور بعض دفعہ مالی اخراجات بھی اٹھانے پڑتے ہیں۔ (انتخاب: محمود الحسن۔ راولپنڈی)

"حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ ط عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ." (سورۂ توبہ آیت نمبر 169)

"میرے لئے اللہ ہی کافی ہے اللہ وہ ذات ہے جس کے سوا کوئی عبادت کے لائق نہیں میں اسی پر بھروسہ کرتا ہوں اور وہ عرش عظیم کا رب ہے." ابوداؤد شریف کی حدیث میں ہے کہ جو شخص اس آیت کو سات مرتبہ صبح اور سات مرتبہ شام پڑھ لیا کرے اللہ تعالیٰ اس کے دنیا اور آخرت کے ہر غم اور فکر کیلئے کافی ہو جائے گا۔ مشہور مفسر علامہ آلوسیؒ فرماتے ہیں کہ یہ ورد اس فقیر کا بھی ہے۔ (روح المعانی)

دم جھاڑا کر کے رقم لینا جائز ہے:۔

صحیح بخاری شریف کے باب فضائل قرآن میں حضرت ابوسعید خدریؓ سے روایت ہے ہم ایک مرتبہ سفر میں تھے اور ایک جگہ اترے ہوئے تھے۔ اتنی دیر میں ایک لونڈی آئی اور کہا کہ یہاں کے قبیلہ کے سردار کو سانپ نے کاٹ لیا ہے ہمارے آدمی یہاں موجود نہیں۔ آپ میں سے کوئی ایسا ہے جو جھاڑ پھونک کردے۔ ہم میں سے ایک شخص اٹھ کر اس کے ساتھ ہو لیا۔ ہم نہیں جانتے تھے کہ یہ کچھ دم جھاڑا بھی جانتا ہے۔ اس نے وہاں جا کر کچھ پڑھ کر دم کیا۔ اللہ کے فضل سے وہ بالکل اچھا ہو گیا۔ سردار نے تیس بکریاں دیں اور ہماری مہمانی کیلئے بہت سا دودھ بھی بھیجا۔ جب وہ واپس آئے تو ہم نے کہا کہ کیا تم کو اس کا علم یاد تھا؟ اس نے کہا میں نے تو صرف سورۃ فاتحہ پڑھ کر دم کیا ہے۔ ہم نے کہا اس آئے ہوئے مال کو نہ چھیڑو پہلے رسول اللہ ﷺ سے مسئلہ پوچھ لو۔ مدینہ منورہ میں آ کر ہم نے رسول اللہ ﷺ سے ذکر کیا آپ ﷺ نے فرمایا اسے کیسے معلوم ہو گیا کہ یہ پڑھ کر دم کرنے کی سورۃ ہے۔ اس مال کے حصے کر دو اور میرا بھی ایک حصہ لگانا۔ (مسلم، بخاری، ابوداؤد، تفسیر ابن کثیر جلد ۱ ص ۳۰)

عامل حضرات کے لیے ضروری گزارش:

عامل حضرات کو عمل کرتے وقت دو چیزوں کا خاص لحاظ رکھنا چاہیے ☆ عمل کرنے میں شرک نہ کیا جائے ☆ کسی ناجائز کام کیلئے عمل نہ کیا جائے۔

عامل حضرات کو اپنے عمل میں تاثیر پیدا کرنے کیلئے بہت محنت کرنی پڑتی ہے اور اس میں بہت سا وقت روزانہ صرف ہوتا ہے اور بعض دفعہ مالی اخراجات بھی اٹھانے پڑتے ہیں۔ عوام الناس کو ایسے نیک لوگوں کی حسب استطاعت ضرور قدر کرنی چاہئے۔ اللہ آپ کا اور ہمارا حامی و ناصر ہو۔

راست بازی اور ہدایت کیلئے:

"اُولٰٓئِکَ عَلٰی ھُدًی مِّنْ رَّبِّھِمْ وَ اُولٰٓئِکَ ھُمُ الْمُفْلِحُوْنَ" ترجمہ: "یہ لوگ ہیں ٹھیک راہ پر جو انکے پروردگار کی طرف سے ملی ہے اور یہ لوگ ہیں پورے کامیاب۔" (سورۃ البقرہ آیت نمبر 5) اگر کوئی دین سے غافل ہو، سیدھے راستے سے بھٹکا ہوا ہو یا برے افعال میں مبتلا ہو تو اس مذکورہ آیت کو پانی پر (۱۰۱) مرتبہ پڑھ کر دم کر کے (۴۱) دن تک پی لے۔

گردے اور پتے کی پتھری کیلئے

"وَاِنَّ مِنَ الْحِجَارَةِ لَمَا یَتَفَجَّرُ مِنْهُ الْاَنْھٰرُ ط وَاِنَّ مِنْھَا لَمَا یَشَّقَّقُ فَیَخْرُجُ مِنْهُ الْمَآءُ ط وَاِنَّ مِنْھَا لَمَا یَھْبِطُ مِنْ خَشْیَةِ اللّٰهِ ط وَمَا اللّٰهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُوْنَ" (سورۂ بقرہ آیت نمبر 74)

"اور بعضے پتھر تو ایسے ہیں جن سے (بڑی بڑی) نہریں پھوٹ کر چلتی ہیں اور ان ہی پتھروں سے بعضے ایسے ہیں کہ جو شق ہو جاتے ہیں پھر ان سے (اگر زیادہ نہیں تو تھوڑا ہی) پانی نکل آتا ہے اور ان ہی (پتھروں میں سے) بعضے ایسے ہیں جو خدا تعالیٰ کے خوف سے نیچے لڑھک آتے ہیں اور حق تعالیٰ تمہارے اعمال سے بے خبر نہیں ہیں۔

اگر آپ کو گردے اور پتے کی پتھری ختم کرنی ہو تو (۴۱) بار مذکورہ آیت پڑھ کر پانی پر دم کر کے اس وقت تک پلائیں جب تک کامیابی نہ ہو۔

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

19 جولائی 2008 بروز ہفتہ کو نماز ظہر کے وقت ایک بج کر 35 پر ہماری روحانی محفل ہوگی۔ نماز ظہر کی سنتوں کے بعد 2 نفل حاجت پڑھیں پھر اول آخر درود شریف ابراہیمی 21 دفعہ پڑھ کر درمیان میں 71 منٹ سورۃ اخلاص بمعہ تسمیہ (ہر بار تسمیہ مکمل ساتھ ضرور پڑھیں) غسل یا وضو کرنے کے بعد خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) پرانے وقت کو مدنظر رکھیں۔ خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

روحانی محفل کی برکت سے گم شدہ مل گیا

جناب حکیم صاحب السلام علیکم! ہم سب خیریت سے ہیں۔ میری اللہ پاک سے التجا ہے کہ اللہ پاک آپکو درازی عمر نیز صحت یابی جیسی نعمت سے ہمیشہ مالا مال رکھے۔ آمین۔ میرے بیٹے سید عبدالجبار کے دوست جواد حیدر جو کہ پریشانی کے باعث دماغی توازن کھو بیٹھے تھے۔ ان کا ہسپتال میں علاج ہو رہا تھا کہ اچانک وہاں سے غائب ہو گئے۔ جواد حیدر کے چار بیٹے اور بیوی تھی جو بہت پریشان ہوئے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

خدا کی عبادت: خدا کی عبادت اس طرح کرو کہ گویا تم اس کو دیکھتے ہو اور اگر تم اسے نہیں دیکھ سکتے تو وہ تجھے تو دیکھتا ہے

عاشق الٰہی حضرت سید مظفر علی شاہ صاحب قدس سرہ (مصنف جواہر غیبی)

﴿اَلْعَلِیُّ﴾ ۱۱۰ مرتبہ روزانہ پڑھنے سے فقیر بھی مال دار ہو جاتا ہے۔ درجہ اور مرتبہ میں ترقی اور بلندی نصیب ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ اور بہت سے اسماء الحسنیٰ اور اس کے فوائد اور پڑھنے کے طریقے اس صفحے میں پڑھیں۔

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

خواص اسمائے الحسنیٰ:

﴿الرَّحْمٰنُ الرَّحِیْمُ﴾ یہ اسمائے مبارک اعداد مجمل یا مفصل کے برابر پڑھنے سے دلی مقصد حاصل ہوتا ہے۔ اگر کوئی شخص ظالم کے ظلم سے ناواقف ہو۔ ان اسمائے الٰہی کے ورد سے اللہ کی پناہ میں رہے گا اور اگر ان دونوں اسماء کو چاندی کی انگوٹھی کے نگینہ پر جمعہ کے آخری وقت میں نقش کر کے داہنے ہاتھ کی انگلی میں پہنے گا۔ اللہ کے فضل وکرم سے تمام مکروہات سے محفوظ رہے گا۔ پابندی کے ساتھ ورد کرنے سے رحمت الٰہی شامل حال رہتی ہے۔ ﴿اَلْمَلِکُ﴾ ۹۰ بار روزانہ ورد کرنے سے روشن ضمیری حاصل ہوتی ہے۔ حکام اور بادشاہ مسخر ہو جاتے ہیں۔ حرمت وعزت حاصل کرنے کے لیے بھی اس کا ورد مجرب ہے۔ جو شخص یہ اسم ۱۹ بار روزانہ پڑھے مخلوق سے بے نیاز ہو جائے گا۔ یہ اسم تسخیر حکام، روشن ضمیری اور غنا ظاہری کے لیے مخصوص ہے۔

﴿اَلْقُدُّوْسُ﴾ زوال کے بعد ۱۰۰ مرتبہ پڑھنے سے صفائی قلب حاصل ہوتی ہے۔ اگر ۱۹ بار شیرینی پر دم کر کے دشمن کو کھلا دیں، تو دشمن دوست بن جاتا ہے۔

﴿اَلسَّلَامُ﴾ اس اسم کو ہمیشہ ورد میں رکھنے والا ہر قسم کے خوف سے امن میں رہتا ہے۔ اگر ۳۱۹ بار شیرینی پر دم کر کے دشمن کو کھلا دیں، تو دشمنی چھوڑ کر دوست بن جائے گا اور مریض کے سرہانے ۳۱ بار پڑھنے سے مریض کو شفا حاصل ہوتی ہے، محبت کے واسطے ۱۶۲ یا ۵۷۴ بار پڑھنا چاہیے۔

﴿اَلْمُؤْمِنُ﴾ انگوٹھی کے نگینہ پر شرف میں ۵ مرتبہ نقش کر کے اپنے پاس رکھیں۔ نقش کرتے وقت یہ اسم پڑھتے رہیں۔ بادشاہ اور جنات کے شر سے حفاظت ہوگی۔

﴿اَلْعَزِیْزُ﴾ یہ اسم فجر کی نماز کے بعد ۴۱ مرتبہ ۴۱ روز تک پڑھنے سے دنیا وآخرت میں عزت واکرام حاصل ہوتا ہے۔ محتاجی رفع ہو جاتی ہے۔ اس اسم کے بیشمار خواص ہیں۔ ایک ان میں سے یہ ہے، کہ پڑھنے والا کسی سوال کا محتاج نہیں رہتا۔

﴿اَلْجَبَّارُ﴾ اس اسم کی یہ خاصیت ہے، کہ مسبحات عشر کے بعد ۳۱ بار پڑھنے سے ظالم کے ہاتھ میں گرفتار ہونے سے حفاظت ہو جاتی ہے اور ہمیشہ پڑھنے سے بدگو اور غیبت کرنے والوں کی زبان بند ہوتی ہے اور اس اسم کو انگوٹھی پر نقش کر کے پہننے سے لوگوں کے دل میں ہیبت بیٹھ جاتی ہے۔ دشمنوں کو ذلیل وخوار کرنے کے لیے جمعہ کی نماز کے بعد ۳۰۰ مرتبہ پڑھنا چاہیے۔ ﴿اَلْمُتَکَبِّرُ﴾ اپنی منکوحہ بیوی کے پاس یہ اسم الٰہی پڑھ کر جانے سے حق تعالیٰ نیک اور اللہ سے ڈرنے والا فرزند عطا فرماتا ہے، اور کسی کام کے شروع میں پڑھنے سے حسب مراد وہ کام پورا ہو جاتا ہے۔ ﴿اَلْخَالِقُ﴾ علم اکسیر حاصل کرنے کے لیے یہ اسم خصوصیت سے ورد کرنا چاہیے۔ ﴿اَلْبَارِئُ﴾ میاں بیوی کے درمیان محبت بڑھانے کے لیے خوشبودار پھل پر ۷۵ مرتبہ پڑھ کر دم کریں اور ہر مرتبہ مطلوب اور اس کی والدہ کا نام لیتے رہیں۔ اگر کوئی طبیب یا حکیم اپنی حکمت چلانی چاہے، تو اس کو اس اسم کا ورد رکھنا چاہیے۔ ﴿اَلْمُصَوِّرُ﴾ اگر بانجھ عورت ۷ روز مسلسل روزے رکھ کر ہر روز افطار کرتے وقت پڑھ کر کسی شیرینی پر دم کرے، حق تعالیٰ اس کو فرزند عطا فرمائے گا۔ اس اسم مبارک کے ورد سے بڑے بڑے کام حل ہو جاتے ہیں۔ ﴿اَلْقَهَّارُ﴾ اس اسم مبارک کے ورد سے دنیا کی محبت دل سے نکل جاتی ہے۔ خاتمہ بالخیر ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کی محبت دل میں پیدا ہوتی ہے۔ دشمنوں کو مقہور اور مغلوب کرنے کے لیے سنت اور فرض نماز کے درمیان ۱۰۰ مرتبہ پڑھنا چاہیے۔ اس اسم مبارک کو کاغذ پر لکھ کر گرم پانی میں گھول کر اس پانی سے سحر زدہ کا سر دھونے سے سحر کا اثر زائل ہو جاتا ہے۔ دشمنوں کا قلع قمع کرنے کے لیے فجر کی نماز کے بعد ۳۶۰ بار پڑھنا مجرب ہے۔ ﴿اَلْوَهَّابُ﴾ بدھ کے روز غسل کر کے دو رکعت نفل پڑھیں اور یہ اسم ایک ہزار بار جس مقصد کے لیے پڑھیں گے، بر آئے گا ﴿اَلْفَتَّاحُ﴾ فجر کی نماز پڑھ کر دونوں ہاتھ سینہ پر رکھ کر الفتاح ۷۰ بار پڑھنے سے دل صاف ہو جاتا ہے۔ نسیان کا عارضہ دفع کرنے میں روزانہ ۷۰ مرتبہ پڑھنا سریع التاثیر ہے۔ ﴿اَلْعَلِیْمُ﴾ دل ہی دل میں اس اسم مبارک کو پڑھنے سے معرفت الٰہی حاصل ہوتی ہے اور اگر جمعہ کی شب کو سجدہ میں ۱۰۰ مرتبہ العلیم پڑھ کر سو جائیں تو خواب میں پوشیدہ امور معلوم ہو جائیں گے۔ ﴿اَلْقَابِضُ﴾ دشمن کے شر سے محفوظ رہنے کی نیت سے تین رات ایک ایک ہزار مرتبہ پڑھنے سے دشمن کے شر سے محفوظ ہو جاؤ گے یا دشمن اپنا مکان چھوڑ کر بھاگ جائے گا۔ ﴿اَلْبَاسِطُ﴾ اس اسم کی خاصیت یہ ہے کہ ۷۲ روز تک روزانہ ۷۲ مرتبہ پڑھنے سے دل اطاعت وعبادت الٰہی پر قائم ومستحکم ہو جاتا ہے اور حق تعالیٰ اس کو ایسی جگہ سے روزی عطا فرماتا ہے، جہاں اس کا وہم وگمان بھی نہیں ہوتا۔ ﴿اَلْخَافِضُ﴾ یہ اسم ظالم کو دفع کرنے یا غلبہ حاصل کرنے کے لیے ۷۰ ہزار مرتبہ پڑھنا چاہیے ﴿اَلرَّافِعُ﴾ دوپہر یا نصف النہار میں یہ اسم پڑھنے سے مخلوق سے بے نیازی نصیب ہوتی ہے۔ ﴿المعز﴾ یہ اسم مبارک ۴۰ روز بلاناغہ فجر کی نماز کے بعد ۴۱ مرتبہ پڑھیں، تو دنیا وآخرت میں سرخروئی حاصل ہوگی اور کسی شخص کے سامنے ہاتھ پھیلانے کی نوبت نہ آئے گی۔ ﴿اَلْمُذِلُّ﴾ حاسد یا ظلم کے شر سے حفاظت کے لیے ۷۵ مرتبہ پڑھ کر سجدہ میں یہ عرض کریں، الٰہی مجھے فلاں شخص کے شر سے بچا ﴿اَلسَّمِیْعُ﴾ حاجت روائی کے لیے جمعرات کے دن ۵۰۰ مرتبہ پڑھیں۔ ﴿اَلْبَصِیْرُ﴾ سنت اور فرض نماز کے درمیان ۱۰۱ مرتبہ پڑھنے سے حق تعالیٰ کی مخصوص نظر عنایت ہوتی ہے۔ ﴿اَلْعَدْلُ﴾ تسخیر خلائق کے لیے جمعرات کے دن ۵۰۰ مرتبہ پڑھیں۔ ﴿اَللَّطِیْفُ﴾ صحت امراض، کتابت مہمات اور لڑکی کی خوش نصیبی کے لیے تحیۃ الوضو کے بعد ۱۰۰ بار ندا کرنی چاہیے۔ ہر قسم کے رنج وغم سے خلاصی کے لیے اس اسم مبارک کا ورد مجرب ہے۔ تمام جسمانی امراض سے شفا کے لیے یہ اسم مبارک مجرب ہے۔ تمام جسمانی امراض سے شفا کے لیے یہ اسم مبارک مجرب ہے۔ تمام جسمانی امراض سے شفاء کے لیے یہ اسم چینی یا کانچ کی پلیٹ پر ۳۷۱ مرتبہ لکھ کر بارش کے پانی سے دھو کر مریض کو پلانا چاہیے۔ یہ اسم نہایت سریع الدرجات اور قوی التاثیر ہے۔ ﴿اَلشَّکُوْرُ﴾ روزی، روزگار میں تنگی، تاریکی قلب اور تاریکی چشم کے لیے ۴۱ مرتبہ پانی پر دم کر کے پینا مجرب ہے۔ ﴿اَلْعَلِیُّ﴾ اس اسم کی خاصیت یہ ہے، کہ ہمیشہ پڑھنے سے مسافر خیر وعافیت کے ساتھ اپنے وطن پہنچ جاتا ہے۔ یہی اسم مستقل مزاجی سے ۱۱۰ مرتبہ روزانہ پڑھنے سے فقیر بھی مال دار ہو جاتا ہے۔ درجہ اور مرتبہ میں ترقی اور بلندی نصیب ہوتی ہے ﴿اَلْکَبِیْرُ﴾ یہ اسم روزانہ ہزار بار مستقل پڑھنے سے جاہ ومنزلت میں ترقی حاصل ہوتی ہے۔ ﴿الکافی﴾ یہ اسم الٰہی ۳۰۴ مرتبہ روزانہ پڑھنے سے تمام دلی مقاصد بر آتے ہیں۔

عبقری 25 **برائے چیچک:** نیلے دھاگے کے ۲۱ تار کر کے نو گرہ دیوے اور ہر گرہ پر ایک مرتبہ الحمد شریف پڑھے اور گلے میں بندھوائے ان شاء اللہ شفا ہوگی۔

خدائے برتر کے فیصلوں کے آگے کس کا زور چلا ہے

اس عظیم عورت کے لیے میرے دل سے تو دعائیں نکلتی ہیں جس نے اپنی خوشیوں کی بجائے دوسروں کے لیے اپنی زندگی وقف کر دی شاید اسی صلے میں انہیں اللہ نے ''عبداللہ'' دیا ہے۔ (تحریر: بنت فیصل آباد)

آج میں جو کہانی سنا رہی ہوں وہ ایسی خاتون کی ہے جن کی زندگی دکھوں سے عبارت ہے۔ پانچ بہن بھائیوں میں وہ سب سے بڑی تھیں ان سے چھوٹے دو بھائی اور پھر دو بہنیں تھیں۔ وہ ابھی مڈل میں تھیں جب اُن کی والدہ کا انتقال ہوگیا یوں انہیں پڑھائی کے ساتھ ساتھ گھر داری کی ذمہ داری بھی سنبھالنی پڑی۔ ان کا فرسٹ ائیر میں ایڈمیشن ہوا تو والد کے دستِ شفقت سے بھی محروم ہوگئیں۔ گو کہ باقی بہن بھائی بہت چھوٹے نہ تھے مگر وہ گھر کی بڑی بن گئیں۔ پڑھائی زیادہ دیر جاری نہ رہ سکی اور غیر محسوس طریقے سے وہ والدین کی جگہ اپنی ذمہ داریوں کو نبھانے میں لگ گئیں۔ بھائیوں کو تعلیم دلا کر اچھی نوکریوں کے لیے خود خاندان کے لوگوں کی منتیں کیں۔ جب وہ برسرِ روزگار ہوگئے تو ان کی شادی کی فکر ستانے لگی۔ خاندان کے بڑوں نے بہت مخالفت کی کہ پہلے تمہاری شادی کریں گے مگر وہ نہ مانیں کہ اس طرح گھر کا انتظام کون دیکھے گا۔ بھائیوں کی شادی کے بعد اُن کو بہنوں کی فکر ستانے لگی اور پھر ان کی شادی کر دی۔ جب ان سے فارغ ہوئیں تو سب نے شادی کے لیے بہت کہا مگر وہ یہ کہہ کر ٹال گئیں کہ اب اس عمر میں شادی نہیں کروں گی۔ بھائی اپنی دنیا میں خوش تھے۔ وہ بہن جس نے ان کے لیے اپنی زندگی تیاگ دی۔ اس کو دو وقت کی روٹی کے لیے بھابھیوں کا منہ دیکھنا پڑتا تھا۔ بہنیں دیکھ کر بہت کڑھتیں اور شادی کا مشورہ دیتیں۔ بھائیوں کو اس کا بھی خیال نہ آیا کہ بہن نے کن دشواریوں سے ان کو اس مقام تک پہنچایا مگر اسی کا نام دنیا ہے۔ وہ گھر میں پڑی کسی فالتو چیز کی طرح ہوگئیں۔ حالانکہ ابھی ان کی عمر 40 برس تھی۔ بہنوں نے بھائیوں کے رنگ ڈھنگ دیکھے تو اپنے طور سے ان کے لیے رشتے کی تلاش شروع کر دی۔ ان کے لیے جس رشتے کا انتخاب ہوا اس آدمی کی بیوی وفات پا چکی تھی اور وہ بے اولاد تھا۔ بہت وسیع جائیداد و کاروبار کے مالک ہونے کی وجہ سے اس کے لیے رشتوں کی کوئی کمی نہ تھی مگر وہ مخلص ساتھی چاہتا تھا۔ بہر حال دونوں طرف سے باہمی پسندیدگی کی بنا پر ان کی شادی ہوگئی اور شادی کے دو ماہ بعد ہی وہ ماں بننے کے خواب دیکھنے لگیں۔ اللہ نے بھی انہیں مایوس نہ کیا اور یوں سب حیران رہ گئے کہ پہلی بیوی پچیس برس کی رفاقت کے باوجود انہیں وہ خوشی نہ دے سکی اور ان سے چار ماہ بعد ہی اللہ تعالیٰ نے ان کی سن لی اور وہ بہت خوش تھے۔ انہوں نے بیوی سے ایک دن کہا کہ وہ اپنے بچے کا نام عبداللہ رکھنا چاہتے ہیں اور اسے ڈاکٹر بنانا چاہتے ہیں۔ وہ کہتی کیا پتہ بیٹی ہو تو پھر وہ بڑے یقین سے کہتے کہ نہیں اگر اللہ تعالیٰ نے بڑھاپے میں انہیں یہ خوشی دی ہے تو ان شاء اللہ تعالیٰ بیٹا ہی ہوگا۔ مگر وہ اپنی زندگی کی یہ سب سے بڑی خوشی اپنی آنکھوں سے دیکھ نہ سکے اور شادی کے چھ ماہ بعد ہارٹ ٹیک ہوا جو جان لیوا ثابت ہوا۔ ان کی بیوی کو سکتہ ہوگیا بہت دیر بعد جو حواس قابو میں آئے تو اپنے اردگرد انسانوں کی شکل میں گدھ نظر آئے جو انہیں لوٹنے کے چکر میں تھے جائیداد اور دولت پر ان کی نظریں تھیں۔ ان میں ان کے بھائی اور بھابھیاں بھی شامل تھیں۔

اب سب کو یہ فکر ہوئی کہ یہ بچہ دنیا میں نہیں آنا چاہیے کیونکہ پھر وہ جائیداد کا وارث بن جاتا۔ مختلف حیلوں، بہانوں سے انہیں غلط ادویات دی گئیں مگر خدائے برتر کے فیصلوں کے آگے کس کا کب زور چلا ہے۔ جس دن انہوں نے بیٹے کو جنم دیا سوائے ان کے، کوئی خوش نہ تھا۔ انہوں نے اپنے بیٹے کی پرورش اسی انداز سے کی جس طرح ان کے مرحوم شوہر چاہتے تھے۔ سب کچھ بھول کر وہ صرف اور صرف اپنے بیٹے کے لیے زندگی بسر کر رہی ہیں تا کہ اپنے شوہر کے خواب کو شرمندہ تعبیر ہوتا دیکھ سکیں۔ ابھی ان کا بیٹا فرسٹ ائیر کا سٹوڈنٹ ہے۔ مگر بہت لائق ہے اللہ کرے اپنے باپ کے خواب کو پورے کر سکے۔ قارئین آپ بھی دعا کیجئے گا کہ وہ اس قابل ہو جائے اور وہ مقام پالے جس پر دیکھنے کی اس کے والد نے تمنا کی تھی۔ اللہ اسے نظر بد سے بچائے اور اس کی والدہ کو اتنی زندگی دے کہ وہ اسے بھی زندگی گزارنے کا ڈھنگ سکھا دیں۔ اس عظیم عورت کے لیے میرے دل سے تو دعائیں نکلتی ہیں جس نے اپنی خوشیوں کی بجائے دوسروں کے لیے اپنی زندگی وقف کر دی شاید اسی کے صلہ میں انہیں اللہ نے ''عبداللہ'' دیا ہے۔ عبداللہ کے لیے ڈھیروں دعائیں کیجئے گا کیونکہ اس کی والدہ نے سب کچھ سہہ کر بھی کسی کو بددعا نہیں دی۔

آسان طریقہ

مزاح کو اگر عادت کے طور پر اختیار کیا جائے تو وہ ایک معیوب بات ہے (تحریر: مولانا وحید الدین خاں)

پروفیسر رشید احمد صدیقی (1892-1977) جون پور میں پیدا ہوئے۔ وہ علی گڑھ مسلم یونیورسٹی میں شعبہ اردو کے صدر تھے۔ ان کی شہرت زیادہ تر مزاح نگار کی حیثیت سے ہوئی۔ مزاحیہ نگاری میں وہ اردو کے ممتاز لکھنے والوں میں شمار کیے جاتے ہیں۔ موصوف کے ایک رفیق آل احمد سرور نے ایک مضمون میں لکھا ہے کہ ''پروفیسر رشید احمد صدیقی نے ایک دفعہ اپنا ایک مضمون مجھ سے لے کر کہیں اور شائع کر دیا۔ میں اسے ماہنامہ اردو ادب میں دینا چاہتا تھا۔ میں نے اس پر احتجاج کیا تو انہوں نے نوٹس نہ لیا۔ پھر میں نے فریاد کی تو محرم کا مہینہ اسی زمانہ میں گزر چکا تھا۔ رشید صاحب نے لکھا کہ.......محرم ختم ہوگیا، ماتم موقوف کیجئے۔'' (قومی آواز۔ ۲۲ اپریل ۱۹۹۰)

جواب کا یہ طریقہ بعض اوقات نہایت مفید ہوتا ہے۔ علمی تبادلہ خیال میں منطقی طریقہ ہی مناسب ہے۔ علمی گفتگو میں طنز و مزاح کے الفاظ بولنا ایک معیوب فعل سمجھا جاتا ہے، مگر دوسرے بہت سے مواقع ایسے ہیں جہاں مذکورہ قسم کا ہلکا انداز زیادہ کارآمد ہے۔

خاص طور پر جب وہ شخص یا دو گروہ میں تلخی کی صورت پیدا ہو جائے تو ایسے موقع پر سنجیدہ مزاح کا طریقہ ہی زیادہ مناسب ہے۔ تلخی اور کشیدگی کے وقت آدمی اس حالت میں نہیں ہوتا کہ وہ دلائل کی زبان کو سمجھے۔ ایسے وقت میں بہترین صورت یہی ہے کہ کوئی پر لطف جملہ بول کر ذہن کو ایک طرف سے دوسری طرف پھیر دیا جائے۔

یہ اصول گھریلو سطح پر بھی کارآمد ہے، اور جماعتی سطح پر بھی اور دو گروہوں کے باہمی نزاعات کے موقع پر بھی۔ آدمی اگر اپنے ہوش و حواس نہ کھوئے، اور جھنجھلاہٹ سے اوپر اٹھ کر سوچ سکے تو وہ ہر ایسے موقع پر کوئی دلچسپ بات پالے گا جس سے وہ لوگوں کی برہمی کو ٹھنڈا کر سکے۔

مزاح کو اگر عادت کے طور پر اختیار کیا جائے تو وہ ایک معیوب بات ہے۔ لیکن مزاح کو اگر تدبیر کے طور پر اختیار کیا جائے تو وہ ایک پسندیدہ چیز بن جائے گی۔ کیوں کہ بعض اوقات مزاحیہ کلام وہ کر دیتا ہے جو سنجیدہ کلام نہیں کر سکتا۔

کن کھجورا سے نجات: کن کھجورا اگر کھال سے چمٹ جائے یا کان میں گھس جائے تو اس پر سفید شکر ذرا سی ڈال دیں۔ وہ کھال کو اسی وقت چھوڑ دے گا

رجب المرجب کے روزے اور نوافل

حضرت ابو ہریرہؓ نے بیان کیا کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ جس نے ستائیسویں رجب کا روزہ رکھا اس کو ساٹھ مہینوں کے روزوں کا ثواب ملے گا۔ (انتخاب: محمد اویس۔ گجرات)

چار رکعت نوافل: بزرگوں سے مذکور ہے کہ ستائیسویں رجب کو رات کے وقت چار رکعت نوافل دو دو کر کے پڑھے جائیں۔ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ۲۷ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھی جائے۔ سلام پھیرنے کے بعد اسی مقام پر بیٹھا رہے اور بیٹھ کر ستر مرتبہ یہ درود پاک پڑھے۔ بزرگوں کا کہنا ہے کہ ستائیسویں رجب کو اس طرح نوافل اور درود پڑھنے سے اللہ تعالیٰ خوش ہوتا ہے اور پڑھنے والے کے گناہ معاف فرما دیتا ہے اور اس کے لیے رحمت کاملہ کا سایہ ہو جاتا ہے اور آخرت میں بھی یہ نوافل بخشش میں معاون ثابت ہوں گے۔ درود پاک یہ ہے۔

الصلوۃ والسلام علیک علی رسول اللہ ؐ

وعلی الک واصحابک علی حبیب اللہ ؐ

دو رکعت نفل: رجب کی ستائیسویں رات کو دو رکعت نماز نفل پڑھے اور ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورۃ اخلاص اکیس (۲۱) مرتبہ پڑھے۔ نماز سے فارغ ہو کر دس (۱۰) مرتبہ درود شریف پڑھے اور پھر کہے۔ **اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ بِمُشَاهَدَةِ اَسْرَارِ الْمُحِبِّيْنَ . وَ بِالْخَلْوَةِ الَّتِيْ خَصَّصْتَ بِهَا سَيِّدَ الْمُرْسَلِيْنَ حِيْنَ اَسْرَيْتَ بِهٖ لَيْلَةَ السَّابِعِ وَالْعِشْرِيْنَ اَنْ تَرْحَمَ قَلْبِيَ الْحَزِيْنَ وَتُجِيْبَ دَعْوَتِيْ يَا اَكْرَمَ الْاَكْرَمِيْنَ ○** تو اللہ تعالیٰ اس کی دعا قبول فرمائے گا اور جب دوسروں کے دل مردہ ہو جائیں گے تو اس کا دل زندہ رکھے گا۔ (نزہتہ المجالس ج ا ص ۳۰)

آٹھ رکعت نوافل: شب معراج کو آٹھ رکعت نوافل دو دو کر کے یوں پڑھے جائیں کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ یہ آیات پڑھی جائیں۔ ان نوافل کے پڑھنے سے قلبی پاکیزگی پیدا ہو گی اور اللہ کی حمد وثنا کی طرف دل خوب مائل ہو گا اور اللہ کی بندگی میں کیف وسرور پیدا ہو گا۔ اگر کسی سالک کو کامل راہنما اور ہادی کی ضرورت ہو تو ان نوافل کی برکت سے اچھا راہنما ملنے کے آثار پیدا ہو جاتے ہیں اور پڑھنے والا ہدایت کی راہ کا متلاشی بن جائے گا۔ غرضیکہ ان نوافل کے بے پناہ فوائد ہیں۔ آیات یہ ہیں۔

سُبْحٰنَ الَّذِیْٓ اَسْرٰی بِعَبْدِهٖ لَيْلًا مِّنَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اِلَى الْمَسْجِدِ الْاَقْصَا الَّذِيْ بٰرَكْنَا حَوْلَهٗ لِنُرِيَهٗ مِنْ اٰيٰتِنَا ؕ اِنَّهٗ هُوَ السَّمِيْعُ الْبَصِيْرُ ○ وَاٰتَيْنَا مُوْسَى الْكِتٰبَ وَجَعَلْنٰهُ هُدًى لِّبَنِيْٓ اِسْرَآءِيْلَ اَلَّا تَتَّخِذُوْا مِنْ دُوْنِيْ وَكِيْلًا ○ ذُرِّيَّةَ مَنْ حَمَلْنَا مَعَ نُوْحٍ ؕ اِنَّهٗ كَانَ عَبْدًا شَكُوْرًا ○ (سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 1تا3)

بعد نماز ظہر نوافل: حضرت عبداللہ بن عباسؓ کا معمول تھا کہ جب ستائیسویں رجب آتی تو وہ اعتکاف میں بیٹھے ہوتے تھے اور بعد نماز ظہر نفل پڑھنے میں مشغول ہو جاتے اس کے بعد وہ چار رکعتیں پڑھتے اور ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ ایک مرتبہ سورۃ القدر تین بار اور سورۃ اخلاص پچاس مرتبہ پڑھتے تھے۔ پھر عصر تک دعاؤں میں مشغول رہتے انہوں نے فرمایا کہ سرور کونین ﷺ کا یہی معمول تھا۔

یوم معراج کے روزے کا اجر: ستائیسویں رجب کی رات کو حضور ﷺ کو معراج ہوا۔ اس رات کی فضیلت کے متعلق حضرت ابو ہریرہؓ نے بیان کیا کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ جس نے ستائیسویں رجب کا روزہ رکھا اس کو ساٹھ مہینوں کے روزوں کا ثواب ملے گا۔ اسی دن حضرت جبرائیل علیہ السلام نبی کریم ﷺ کی بارگاہ میں رسالت لے کر نازل ہوئے۔

شیخ ہبۃ اللہ نے اپنی اسناد سے روایت کیا کہ حضرت ابو سلمہؒ نے حضرت سلمان فارسیؓ سے نقل کیا ہے کہ رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے کہ ماہ رجب میں ایک دن اور ایک رات ایسی ہے کہ اگر اس دن کا کوئی روزہ رکھے اور اس رات کو عبادت کرے تو اس کو ایک سو برس روزے رکھنے والے اور سو سال کی راتوں میں عبادت کرنے والے کے برابر اجر ملے گا۔ یہ رات وہ ہے جس کے بعد رجب کی تین راتیں رہ جاتی ہیں (یعنی ستائیسویں شب) اور یہ وہ دن ہے جس دن اللہ تعالیٰ نے رسول کریم ﷺ کو رسالت عطا فرمائی (غنیۃ الطالبین)

کھوپڑی کا انتقام

میرا سر کھڑکی کی چوکھٹ سے اتنی زور سے ٹکرایا کہ سر سے خون کا فوارہ اُبل پڑا۔ یہ واقعہ کھوپڑی کو ٹھوکر مارنے کے چند منٹ کے اندر اندر پیش آیا۔ (تحریر: خالد پرویز۔ لاہور)

یہ واقعہ آج سے تقریباً بیس برس پہلے کا ہے جب میری عمر بمشکل بارہ برس تھی اور میں چھٹی جماعت کا طالب علم تھا۔ ہمارا مکان ایک ایسی بستی میں تھا جہاں آنے جانے کا راستہ ایک پرانے قبرستان سے گزرتا تھا۔ قبرستان اس قدر قدیم تھا کہ شدید بارشوں کے موسم میں مُردوں کی ہڈیاں زمین پر ابھر آتی تھیں۔ ایک روز بڑے زور کی بارش ہوئی۔ میں بازار سے کچھ سودا لینے کے بعد واپس گھر کو آرہا تھا۔ میرا گزر قبرستان سے ہوا۔ ایک جگہ مجھے انسانی کھوپڑی کا خول سا نظر آیا۔ میں نے نوکدار بوٹ پہن رکھے تھے، نہ جانے میرے دل میں کیا آئی کہ میں نے اپنے بوٹوں سے اُس کھوپڑی کو ٹھوکر ماردی۔ گھر پہنچتے ہی نہ جانے کیا بات ہوئی کہ میں نے اپنے چھوٹے بھائی کو گندی گالی دے ڈالی۔ میری بڑی ہمشیرہ جوتا اٹھا کر مجھے مارنے کو دوڑیں۔ میں مار سے بچنے کے لیے کمرے کی کھڑکی سے باہر کو کودنے لگا۔ میرا سر کھڑکی کی چوکھٹ سے اتنی دور سے ٹکرایا کہ سر سے خون کا فوارہ اُبل پڑا۔ اس قدر خون بہنے لگا جیسے بکرا ذبح کیا گیا ہے۔ یہ واقعہ کھوپڑی کو ٹھوکر مارنے کے چند منٹ کے اندر اندر پیش آیا۔

میرے گھر والے مجھے اسی راستے سے ڈاکٹر کے پاس لے گئے جس راستے میں وہ کھوپڑی پڑی ہوئی تھی۔ ڈاکٹر نے پٹی وغیرہ کر دی مگر خون جس قدر ضائع ہوا اس کا نتیجہ یہ ظاہر ہوا کہ بیس برس کی عمر تک میرے سر کے سارے بال سفید ہو چکے تھے، اس وقت تو مجھے یہ احساس نہ ہوا کہ کھوپڑی کو ٹھوکر مارنے کی وجہ سے ایسا ہوا ہے مگر اب سوچتا ہوں کہ یہ سب کچھ اس کھوپڑی کی بے حرمتی کے باعث ہوا۔ کیا اس کی روح نے مجھ سے خوفناک انتقام لیا تھا؟ کیا روحیں اس طرح انتقام لیا کرتی ہیں؟ کیا کوئی صاحب مجھے اس سوال کا جواب دے سکتے ہیں۔

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں کیم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

عمل کے بغیر علم کا خاتمہ: علم عمل کو آواز دیتا ہے پس اگر وہ جواب دے تو وہ ٹھہرتا ہے ورنہ کوچ کر جاتا ہے

جنات نے گھڑے کا پانی انڈیل دیا

(تحریر: پرنسپل غلام قادر ہراج۔ جھنگ)

ذوالفقار کی زبانی جنات میرے بڑے بھائی سے کہنے لگے کہ تم نے بچے کے ساتھ راستے میں جھوٹ کیوں بولا تھا۔ ہم نے تمہیں کب کہا تھا کہ وہاں درخت کے نیچے دیا جلاؤ۔ میرے بھائی نے معافی مانگی اور اپنے جھوٹ کا اعتراف کیا۔

میں جو واقعہ رسالہ عبقری میں شائع کرنے کے لیے پیش کر رہا ہوں یہ میرے ساتھ 1967ء میں پیش آیا۔ قبل ازیں یہ واقعہ روزنامہ جنگ لاہور کے سنڈے ایڈیشن میں بھی شائع ہو چکا ہے۔

میرے بڑے بھائی حاجی اللہ دتہ سیکرٹری یونین کونسل جاپانوالہ نزد وریام ریلوے اسٹیشن تحصیل شورکوٹ ضلع جھنگ، گھر آئے ہوئے تھے۔ انہوں نے مجھے بتایا کہ ہمارے پھوپھی زاد بھائی مہر ذوالفقار خان ہراج (موجودہ انچارج تھانہ عبدالحکیم۔ضلع خانیوال) پر جنات کے اثرات ہیں۔ میں نے چونکہ جنات کے اثرات والے آدمی کبھی نہیں دیکھے تھے، میں نے ارادہ کیا کہ چاہ گھمنڈی موضع حویلی لال میں اپنے کلاس فیلو پھوپھی زاد بھائی کا حال دریافت کروں۔ چنانچہ میں بھائی کے ساتھ ہولیا۔ ابھی ان کے گھر ایک کلومیٹر دور تھا کہ بھائی جان نے مجھے بتایا کہ کل جنات نے مجھے کہا تھا کہ فلاں درخت کے نیچے دیا جلایا کرو۔ ہم دونوں بھائی گپ شپ ہانکتے ہوئے چاہ گھمنڈی پہنچے۔ اس وقت ان پر جنات کا اثر تھا۔ ایک کمرے میں کپڑے سے لپٹا ہوا جسم باتوں میں مشغول تھا۔ میری پھوپھی نے ذوالفقار سے کہا کہ تمہارے ماموں زاد بھائی آئے ہیں، ان سے ملو۔ یہ سن کر جنات نے ذوالفقار کی زبان سے کہا کہ وہ ہمارے کچھ نہیں لگتے، تمہارے لڑکے (ذوالفقار) ماموں زاد ہیں۔ ساتھ ہی ذوالفقار کی زبانی جنات میرے بڑے بھائی سے کہنے لگے کہ تم نے بچے کے ساتھ راستے میں جھوٹ کیوں بولا تھا۔ ہم نے تمہیں کب کہا تھا کہ وہاں درخت کے نیچے دیا جلاؤ۔ میرے بھائی نے معافی مانگی اور اپنے جھوٹ کا اعتراف کیا۔

میں پہلے تو جنات کے بارے صرف سنتا رہتا تھا، آج یقین ہوگیا تھا۔ جنات کی تخلیق پر یقین تو پہلے بھی تھا، آج یقین میں پختگی آئی کہ واقعی یہ مخلوق ہماری آنکھوں سے اوجھل ہے۔ میں نے جنات سے ڈرتے ڈرتے پوچھا کہ میں نے میٹرک کا امتحان دیا ہوا ہے۔ ابھی نتیجہ نہیں آیا کیا آپ مہربانی فرما کر مجھے سالانہ امتحان کے حاصل کردہ نمبروں سے قبل از وقت آگاہ فرمائیں گے۔ جنات نے کہا کہ یقین رکھو، ہم ماضی کی باتیں جو ہمارے سامنے ہوئیں وہ بتا سکتے ہیں۔ مستقبل کے بارے میں کچھ نہیں بتا سکتے۔ انہوں نے کہا کہ بعض جنات مستقبل کے بارے میں اندازوں سے کام لیتے ہیں لیکن ان باتوں کا صحیح ہونا یقینی نہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ ہم جانتے ہیں کہ بورڈ میں زبردست دھاندلیاں ہوتی ہیں مگر ہم تمہیں مستقبل کے بارے کچھ نہیں بتا سکتے۔

اتنے میں ایک عامل حافظ بڈھن شاہ، جن کا تعلق قریبی علاقہ موضع گگڑانہ سے ہے، وہاں تشریف لائے اور کچھ پڑھتے رہے، جنات کو جگہ چھوڑنے کا کہا، مجھے اتنا یاد ہے کہ جنات نے کہا کہ تم پانی کا ایک گھڑا کمرے کے دروازے میں رکھو۔ ہم جاتے وقت گھڑا انڈیل دیں گے اور یہی ہمارے جانے کی نشانی ہوگی۔ چند منٹ بعد گھڑا وہاں رکھا گیا اور میرے دیکھتے ہی دیکھتے اس کا پانی انڈیل دیا گیا۔ اب ذوالفقار نارمل حالت میں تھا، مجھے گلے لگا کر ملا۔ میں نے ان باتوں کا پوچھا جو اس کی زبان سے ابھی تک ادا ہوتی رہیں۔ اس نے تمام باتوں سے لاعلمی کا اظہار کیا۔ میں نے اوپر والے آنکھوں دیکھے واقعہ سے چند باتیں اخذ کیں ہیں۔ جنہیں قارئین تک منتقل کرنا چاہتا ہوں۔ (i) جنات ہمیں نظر نہ آنے والی مخلوق ہے مگر وہ ہمیں دیکھتے ہیں۔ (ii) جنات قریب اور دور سے ہماری باتیں سننے کی صلاحیت رکھتے ہیں (iii) جنات ماضی کی ان باتوں کو جانتے ہیں جو ان کے زیر مشاہدہ رہی ہوں۔ (iv) جنات مستقبل کے بارے کچھ نہیں جانتے، انہیں علم غیب حاصل نہیں۔ وہ محض اندازے سے مستقبل کے بارے قیاس آرائیاں کرتے ہیں۔

عالم اور عامل جن سے دوستی

اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ السَّلٰمُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَیْمِنُ الْعَزِیْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ :(سورۂ حشر آیت نمبر 63) یہ ہر نماز کے بعد سات دفعہ پڑھنا ہے اور سات دن پڑھنا ہے ایک جن جو عالم بھی ہوگا اور عامل بھی ہوگا وہ دوست بن جائے گا۔ (مرسلہ: قاری محمد عاصم۔لاہور)

رجال الغیب سے ملاقات

ذیل کی قرآنی آیت چالیس روز پڑھنے سے مخلوق خدا، چرند، پرند اور درندے وغیرہ سب مطیع ہونگے

(انتخاب: نورزمان۔پشاور)

اگر کوئی شخص رجال الغیب سے ملنے کی خواہش کرتا ہو اور انکی زیارت کا خواہش مند ہو، تو لازم ہے کہ بکمال پاکیزگی و طہارت کے ساتھ اسم مبارک ''**اللّٰہ الصمد**'' کو ملاقات رجال الغیب کا خیال کر کے روزانہ 161 مرتبہ تلاوت کرے۔ تلاوت کرتے وقت لوہے کی چھری سامنے گاڑھے۔ ان شاءاللہ ایک چلہ کے اندر ہی رجال الغیب سے اس کی ملاقات ہو گی۔ اگر 161 مرتبہ کی بجائے 1610 مرتبہ روزانہ تلاوت کریگا۔ تو اثر جلدی ہوگا اور جلدی کامیابی نصیب ہو گی۔ یقین کی شرط ضروری ہے۔

اسم مکرم ''**یا موخر**'' بہ نیت زکواۃ ایک چلہ میں سوالاکھ بار پڑھیں۔ ترک حیوانات جلالی اور جمالی ضروری ہے۔ روٹی اپنے ہاتھ سے پکائے، چمڑے کے ڈول کا پانی بھی نہ پیئے۔ جوں تک نہ مارے۔ اپنا کوئی کام کسی دوسرے سے نہ کرائے۔ چلہ پورا کرنیکے بعد روزانہ ایک تسبیح کا پڑھنا کافی ہوگا۔ خلقِ خدا مسخر ہوگی۔

اسم ''**اللّٰہ الصمد**'' کو بیس روز تک بخیال ادائے زکواۃ مکانِ خلوت میں کمال طہارت کے ساتھ ایک خاص مکان اور خاص لباس کے ساتھ پڑھے اول آخر ایک تسبیح درود شریف۔ درمیان میں چھ ہزار تین سو مرتبہ روزانہ، عامل ہو جائیگا۔ اس کے بعد روزانہ ایک سو اکسٹھ مرتبہ تلاوت کرلیا کرے۔ ان شاءاللہ العزیز جس کی طرف نظر کریگا۔ مطیع ہو گا اور جو کچھ چاہے گا وہ قبول کریگا۔

''قُلْ اِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّوْنَ اللّٰهَ فَاتَّبِعُوْنِیْ یُحْبِبْكُمُ اللّٰهُ وَ یَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوْبَكُمْ ط وَاللّٰهُ غَفُوْرٌ الرَّحِیْمٌ'' (سورۂ آل عمران آیت نمبر 31)

اگر کوئی شخص روزانہ چالیس مرتبہ مندرجہ بالا آیت کی ہمیشہ تلاوت کیا کریگا۔ اول آخر حسب مرضی تعداد میں درود شریف ضروری۔ خلقِ خدا مطیع و منقاد ہوگی اور عامل کا ہر حکم بجا لائیگی۔ چرند پرند۔ درندے وغیرہ سب مطیع ہونگے۔

بحوالہ'' کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں)

عبقری 25 **عمل مسان: وَالسَّمَاءِ وَالطَّارِقِ** پوری اکتالیس بار پڑھ کر ۴۱ گرہ دیوے اور عورت کے پیٹ پر باندھے بعد ولادت بچہ کے باندھے اور گنڈہ کے تار ۴۱ ہونے چاہئیں۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

میں نے سسرال والوں کی غلط فہمی دور کرنے کی ہر ممکن کوشش کی ہے، مگر وہ مطمئن نہیں ہوئے، میں طلاق کی سنگین نزاکتوں اور دوسری شادی کی پریشانیوں سے کماحقہ آگاہی رکھتا ہوں، اس لیے کبھی ایسا خیال دماغ میں نہیں لاتا

حسنِ سلوک سے غلط فہمیاں دور ہوتی ہیں

سوال: میری شادی کو قریباً آٹھ سال ہو گئے ہیں۔ تادم تحریر اولاد سے محروم ہوں۔ میں ایک سچا مسلمان ہوں اس لیے اولاد کے بارے میں میرا عقیدہ وہی ہے جو کسی صحیح الخیال مسلمان اور موحد کا ہوسکتا ہے۔ اس محرومی کی ذمہ داری میں اپنی اہلیہ پر نہیں ڈالتا۔ میں طبی لحاظ سے بالکل تندرست ہوں۔ میں نے اسباب کا سراغ لگانے میں امکانی تگ و دو کی، لیکن المیہ یہ ہے کہ میرے انتہائی اعتدال پسند رویے کے باوجود میرے سسرال والے کچھ مفروضوں کی بنا پر یہ سمجھتے ہیں کہ میں اپنی بیوی کو طلاق دینے کی ''سازش'' کر رہا ہوں، حالانکہ میں حلفیہ کہہ سکتا ہوں کہ میں نے آج تک کبھی اس پہلو پر سوچا بھی نہیں۔ اگر کبھی کبھار کسی خانگی بات پر خفگی کا اظہار کر بیٹھوں تو میری اس خفگی کو فوراً ارادۂ طلاق سے وابستہ کر دیا جاتا ہے، اس لیے بعض اوقات مجھے ناقابلِ برداشت باتوں سے بھی اغماض برتنا پڑتا ہے۔ میں نے سسرال والوں کی غلط فہمی دور کرنے کی ہر ممکن کوشش کی ہے، مگر وہ مطمئن نہیں ہوئے۔ میں طلاق کی سنگین نزاکتوں اور دوسری شادی کی پریشانیوں سے کماحقہ آگاہی رکھتا ہوں، اس لیے کبھی ایسا خیال دماغ میں نہیں لاتا۔ اس کے برعکس وہ محترمہ اکثر کہتی ہیں: میں جانتی ہوں آپ مجھ سے بیزار ہیں، میں چلی جاتی ہوں۔ آپ کوئی اچھی سی دوسری بیوی کر لیجئے۔ آپ ہی فرمایئے کہ ایسی صورت میں کیا کیا جائے میری حالت تو کچھ ایسی ہے کہ نہ بھاگا جائے مجھ سے نہ ٹھہرا جائے۔ (عبدالجبار۔ پاکپتن)

جواب: آپ کی الجھن واقعی قابلِ افسوس ہے لیکن اللہ تعالیٰ کی رحمت سے مایوس نہیں ہونا چاہیے۔ مناسب ہے کہ آپ دونوں کسی قابل ڈاکٹر سے اپنا مکمل طبی معائنہ کرائیں۔ اس سے پتہ چل جائے گا کہ اصل نقص کس فریق میں ہے۔ اس کے بعد اگر مرض قابلِ علاج ہو تو علاج کرایا جائے۔ ممکن ہے علاج سے آپ کا دامنِ امید بھر جائے اور آپ کو کوئی غیر پسندیدہ قدم نہ اٹھانا پڑے۔ سرِدست آپ کو یہی مشورہ دیا جا سکتا ہے کہ بیوی کے اعتماد کو کسی قیمت ٹھیس نہ پہنچایئے۔ زبانی باتوں کے ساتھ ساتھ عملی طور پر اس کے ساتھ اچھے طریقے سے پیش آیئے۔ کیونکہ حسنِ سلوک ہی سے غلط فہمیاں دور ہوسکتی ہیں۔ آپ کے خیالات ہرلحاظ سے قابلِ ستائش ہیں۔

بائیں ہاتھ کا استعمال

سوال: میرے بیٹے کی عمر پونے پانچ سال ہے۔ قدرتی طور پر وہ بائیں ہاتھ سے کام کرتا ہے۔ ہم نے بہت کوشش کی کہ وہ دایاں ہاتھ استعمال کرنے لگے۔ چند دن قبل اس پر سختی بھی کی گئی۔ اس سے وہ ہکلانے لگا۔ آپ نے عبقری کے کسی شمارے میں ہکلاہٹ کا ایک سبب زبردستی دائیں ہاتھ کا استعمال قرار دیا تھا۔ اس لیے میں نے اسے بایاں ہاتھ استعمال کرنے سے منع نہیں کیا۔ آہستہ آہستہ اس کی ہکلاہٹ جاتی رہی۔ اب وہ کھانا بھی بائیں ہاتھ سے کھاتا ہے اور کہتا ہے کہ میرا دایاں ہاتھ بھی ہے۔ ہم نے اسے کھلی چھٹی دے دی ہے، جس ہاتھ سے چاہے کھائے۔ اسلام کی نظر میں بعض مواقع پر بائیں ہاتھ کا استعمال سخت ناپسندیدہ ہے۔ اس لیے کوئی ایسا علاج بتایئے کہ وہ دایاں ہاتھ استعمال کرنے لگے اور ہکلاہٹ بھی پیدا نہ ہو۔ (فہمیدہ خاں۔ نواب شاہ)

جواب: اگر کوئی بچہ بائیں ہاتھ کے استعمال کو ترجیح دیتا ہے، تو اسے دایاں ہاتھ استعمال کرنے پر مجبور نہ کیا جائے، ورنہ وہ لکنت کا شکار ہو جائے گا۔ آپ نے یہ علاج اپنے بچے پر آزمایا اور اس کا نتیجہ اچھا رہا۔ اب دورانِ گفتگو بچے کا ہکلانا ختم ہو گیا ہے تو آپ کسی نئی الجھن میں نہ پڑیں۔ یہ درست ہے کہ شرعی نقطۂ نظر سے دائیں ہاتھ کا استعمال احسن اور پسندیدہ ہے لیکن اگر کوئی بچہ قدرتی طور پر بائیں ہاتھ سے کھانے پینے لگتا ہے تو اسے معیوب نہیں کہا جا سکتا۔ کیونکہ فطرت کو بدلنا انسان کے بس کی بات نہیں۔ علاوہ بریں مطمئن رہیے جو بچے بائیں ہاتھ سے کام کر رہے ہیں ان کی کارکردگی پر چنداں بُرا اثر نہیں پڑتا۔ آج کل خوشخطی پر ویسے بھی خاص توجہ نہیں دی جاتی۔ اگر خط اچھا نہ ہوا تو اتنی بات بہر حال یقینی ہے کہ اسے اپنے خیالات کے تحریری اظہار میں کوئی دقت پیش نہیں آئے گی۔ بہتر یہ ہے کہ بچے کو اس معاملے میں اس کے حال پر چھوڑ دیں۔ دنیا میں سینکڑوں آدمی ایسے ہیں جو بایاں ہاتھ استعمال کرنے کے عادی ہیں اور بڑی خوش اسلوبی سے زندگی گزارتے ہیں۔

میاں بیوی کا آپس میں اختلاف

میں نے زندگی میں بڑی ٹھوکریں کھائی ہیں۔ ایف۔ اے تک تعلیم حاصل کی ہے۔ ایک دو جگہ ملازمت کی لیکن گھر کے اخراجات پورے نہ کر سکا۔ مجبوراً چھوڑ کر اب پان کی دکان کھول لی ہے۔ آج کل کی تھوڑی سی آمدنی کے سہارے زندگی کے دن پورے کر رہا ہوں۔ ماں باپ نے زبردستی سولہ سال کی ایک اَن پڑھ اور لڑاکا لڑکی سے شادی کر دی ہے۔ ہم دونوں کی آپس میں بالکل نہیں بنتی۔ والدین بھی اب اس کی حرکتوں سے تنگ آ گئے ہیں اور مجھے مجبور کر رہے ہیں کہ اپنی بیوی کو لے کر الگ ہو جاؤں۔ سخت مشکل ہے، آمدنی اتنی قلیل ہے کہ الگ سے دونوں کی گزر بسر بڑی مشکل ہوگی۔ والدین کو چھوڑنے کو دل مانتا نہیں۔ بیوی کو طلاق نہیں دے سکتا کہ ایک دو ماہ تک وہ بچے کی ماں بننے والی ہے۔ ساس اور سسر اپنی بیٹی کو سمجھانے کے بجائے اسے الٹا مزید شہ دے کر ہمارے خلاف بھڑکاتے رہتے ہیں۔ لے دے کے اب ایک ہی صورت باقی رہ گئی ہے، خودکشی کر لوں تو شائد اس طرح میری جان روزانہ کے جھگڑوں سے چھوٹ جائے! (اعظم علی، کراچی)

جواب: پنواڑی کا کام کرنے میں کوئی برائی نہیں۔ اگر کسی بہتر کام کے ملنے کا امکان نہیں، تو اسی کام سے گزر اوقات کریں۔ عین ممکن ہے کہ آپ کی آمدنی میں خاطر خواہ اضافہ ہو جائے۔ خودکشی کرنے، بیوی کو طلاق دینے اور ایک اور شادی کرنے کا خیال چھوڑیں، اپنی بیوی کو سمجھائیں کہ گھر میں رہنے کا سلیقہ کیا ہوتا ہے۔ اگر وہ اپنی ''موجودہ حالت'' کی وجہ سے گھر کا کام کرنے کے قابل نہیں تو آپ اپنے والدین کو سمجھائیں کہ وہ وقتی طور پر ''بحالتِ مجبوری'' لیٹی رہتی ہے، لیکن آخر اس حالت میں کچھ نہ کچھ کام تو کیا ہی جا سکتا ہے۔ آپ کے حالات کا علاج یہ ہے کہ آپ کی بیوی آپ کے والدین کے ساتھ گھل مل کر رہے، بچے کی پیدائش کے بعد آپ کے حالات کسی حد تک بہتر ہو جائیں گے، کیونکہ قدرت آپ کے والدین کے لیے آپ کے بچے میں ایک نئی دلچسپی کا سامان مہیا کر دے گی۔

دائمی قبض کا خاتمہ: گرم دودھ میں دیسی گھی یا روغن بادام ڈال کر پی لیں۔ دائمی قبض کا خاتمہ یقینی ہے۔

سلام سے گھریلو مشکلات کا حل

(تحریر: ماسٹر محمد ایوب۔ تونسہ)

فرمانِ محبوب خدا ﷺ ہے کہ اے لوگو! تم لوگوں کو کھانا کھلاؤ، رشتہ داروں سے صلہ رحمی کرو۔ سلام کو عام کرو، رات کے وقت نماز پڑھو، جب لوگ سو رہے ہوں۔ تو سلامتی کے ساتھ جنت میں داخل ہو جاؤ گے۔

ہر قوم کی ملاقات کے وقت کچھ کلمات کہنے کی عادات ہوتی ہیں۔ کوئی گڈ مارننگ کہتا ہے تو کوئی نمستے، کوئی گڈ ایوننگ بولتا ہے، تو کوئی ہائے، کوئی سر جھکاتا تو کوئی ہاتھ جوڑتا ہے۔

مگر مسلمہ امہ کے ہاں ملاقات کے وقت بہت ہی خوبصورت اور دلکش انداز رائج ہے جو کہ رب ذوالجلال کا عطا کردہ بہترین تحفہ ہے۔ **"السلام علیکم ورحمۃ اللّٰہ"** شہکارِ کائنات، حبیب کبریا ﷺ کا ارشاد ہے۔ (1) ہر مسلمان کو سلام کرنا چاہیے خواہ اسے پہچانتا ہو یا نہ ہو۔ (بخاری) (2) زبان سے السلام علیکم کہے ہاتھ سے، سر سے یا انگلی کے اشارے سے سلام کرنا یا اس کا جواب دینا سنت کے خلاف ہے۔ اگر دوری ہو تو زبان اور ہاتھ دونوں سے سلام کرے۔ (ترمذی) (3) کسی مسلمان بھائی سے ملاقات ہو تو سلام کے بعد مصافحہ کرنا مسنون ہے۔ عورت عورت سے مصافحہ کر سکتی ہے۔ (مشکوۃ) (4) اللہ تعالیٰ کے قریب وہ شخص ہے جو سلام میں پہل کرے۔ جہاں سے مسلمانوں کی ابتداء ہوئی وہی سے سلام کی بھی ابتداء ہوئی۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت آدم علیہ السلام کو پیدا کیا تو ان سے فرمایا کہ جاؤ فرشتوں کو سلام کرو اور دیکھو کہ وہ کیا جواب دیتے ہیں۔ جو جواب وہ آپ کو دیں وہ آپ کا اور آپ کی اولاد کا ملاقاتی ہدیہ ہوگا۔

سلام جہاں ملاقاتی ہدیہ ہے وہاں دلوں کو قریب کرنے کا خوبصورت ذریعہ ہے۔ محبتیں اور نیکیاں سمیٹنے کے ساتھ ساتھ اللہ جل جلالہ کا قرب اور سردار انبیاء ﷺ کی محبت کے مزے بھی سلام دلاتا ہے۔ یہ وہ خوبصورت کلمات ہیں جو کہ رب جلیل بھی جنتیوں سے فرمائیں گے۔ دراصل **"سلام"** تو اللہ کریم کا صفاتی نام ہے۔ جس کے معنی (سلامتی والا) "وہ ذات جس سے حفاظت و عافیت کی امید رکھی جائے" **"السلام جل جلالہ"** وہ ذات جو تمام عیبوں سے اور تمام نقائص سے پاک ہو اور اپنی ذات وصفات اور افعال میں کامل ہو۔ معلوم ہوا کہ امن وسلامتی صرف اسی **"السلام جل جلالہ"** کی طرف سے ہے ورنہ ہم کیا اور ہماری حفاظت کا سامان کیا۔ جب وہ ذات اپنی سلامتی کو اٹھا لے تو ہمارے سارے انتظامات دھرے کے دھرے رہ جاتے ہیں۔

مثلاً ہمارے یہ پالتو جانور جو دل و جان سے ہماری خدمت کرتے ہیں ذرا سی دیر میں ہمیں دوسرے جہان بھی پہنچا سکتے ہیں۔ شہنشاہِ ایران جمشید کے بارے آتا ہے کہ ایک دفعہ بڑا ہی خوبصورت گھوڑا کہیں سے آ کر اس کے محل کے دروازے پر کھڑا ہو گیا۔ بادشاہ نے جب اُس حسین گھوڑے کو دیکھا تو کہا کہ اسے اللہ تعالیٰ نے میرے لیے ہی بھیجا ہے۔ لگام لگاؤ اور زین کسو کہ میں اس پر سواری کا لطف اٹھاؤں۔ خادموں نے بڑا زور لگایا مگر کوئی بھی اسے لگام نہ لگا سکا۔ بادشاہ کہنے لگا کہ یہ مجھ سے ہی لگام لگوائے گا۔ چنانچہ بادشاہ نے اس پر زین کسی۔ گھوڑا آرام سے کھڑا رہا مگر جب وہ اس کی دم میں زین کی ڈوری لگانے لگا تو اس نے ایسی لات ماری کہ بادشاہ وہیں دم توڑ گیا۔ یہی بات ہے کہ اگر سلامتی دینے والا اپنی سلامتی اٹھا لے تو دوسرے لمحے ہلاکت وتباہی ہمارا مقدر بن سکتی ہے۔ بات تو السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ پر ہو رہی تھی۔ سلام کہنے کی فضیلت حبیب کبریا ﷺ نے کتنے خوبصورت انداز میں بیان فرمائی ہے۔ ارشاد ہے۔ (1) سلام کو خوب پھیلاؤ تاکہ تم بلند ہو جاؤ۔ (2) سلام میں پہل کرنے والا تکبر سے بری ہے (3) جب تم گھر میں داخل ہو تو اس گھر والوں کو سلام کرو اور جب گھر سے جانے لگو تو گھر والوں سے سلام کے ساتھ رخصت ہو۔ (4) جو مسلمان روزانہ بیس مسلمانوں کو سلام کرے اللہ تعالیٰ جنت اس کے لیے واجب کر دیتے ہیں۔ (5) تم جنت میں نہیں جا سکتے جب تک مومن نہ ہو جاؤ اور تم اس وقت تک مومن نہیں ہو سکتے جب تک آپس میں ایک دوسرے سے محبت نہ کرو۔ کیا میں تمہیں وہ عمل نہ بتا دوں جس کے کرنے سے تمہارے درمیان محبت پیدا ہو جائے وہ یہ ہے کہ سلام کو آپس میں خوب پھیلاؤ۔

سلام کا پھیلانا اسلام کے بڑے بڑے شعائر میں سے ہے۔ سلام کرنا مسلمانوں کے لیے بہت بڑی سنت ہے۔ فرمانِ محبوب خدا ﷺ ہے کہ اے لوگو! تم لوگوں کو کھانا کھلاؤ، رشتہ داروں سے صلہ رحمی کرو۔ سلام کو عام کرو، رات کے وقت نماز پڑھو، جب لوگ سو رہے ہوں تو سلامتی کے ساتھ جنت میں داخل ہو جاؤ گے۔ بھائیو سلامتی اور عافیت صرف اور صرف اللہ ہی سے مانگنی چاہیے۔ مال کی سلامتی کے لیے بہنوں اور بھائیوں کا حق نہ دبایا جائے۔ مال ہوتے ہوئے اپنے اوپر قرض نہ رکھا جائے۔ لوگوں کو دارالسلام کی طرف دعوت دی جائے۔ سلام کی کثرت کی جائے ہم سے سلام کرنے میں کوئی سبقت نہ لے جائے، کیونکہ سنا ہے کہ سلام میں پہل کرنے والے کو نوے (90) نیکیاں اور جواب دینے والے کو دس (10) نیکیاں ملتی ہیں۔ روزمرہ زندگی میں ہر ملاقاتی سے بات کرنے سے پہلے **السلام علیکم ورحمۃ اللّٰہ** کہنے کا اہتمام کیا جائے۔ آخر میں روزی میں برکت کا بہترین ومجرب نسخہ بھی ذہن نشین کر لیں۔

حضرت سہل بن سعدؓ بیان کرتے ہیں کہ ایک آدمی نے حضور اکرم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہو کر اپنی غریبی ومحتاجی کی شکایت کی تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب تم گھر میں داخل ہوا کرو تو **السلام علیکم** کہہ کر داخل ہوا کرو خواہ گھر میں کوئی ہو یا نہ ہو۔ پھر مجھ پر سلام عرض کرو۔ **"السلام علیکم ایها النبی ورحمت اللّٰہ و برکاته"** اور ایک بار سورۃ اخلاص پوری پڑھ لیا کرو۔ اس آدمی نے ایسا ہی کیا پھر مالکِ کائنات نے اس کو اتنا مالا مال کر دیا کہ اس نے اپنے ہمسایوں اور رشتہ داروں کی بھی خدمت کی۔

(السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ)

ہیضہ سے نجات

پودینہ کے پتے تقریباً ایک پیالی، پودینہ کے پتے پیالی سے زیادہ بھی ہو جائیں تو کوئی بات نہیں۔ سونف دو چمچ، چھوٹی الائچی سات دانے، چینی حسب ضرورت۔ دو بڑے گلاس پانی میں ان اشیاء کو ابال کر ٹھنڈا کر لیں۔ بچوں کو فیڈر میں ڈال کر بار بار پلائیں۔ اگر بچہ سو جائے تو بچے کے اٹھنے کا انتظار کریں۔ بچہ جتنا سوئے، اچھا ہے۔ تین چار بار پلانے سے ہیضہ کا مریض ٹھیک ہو جائے گا۔ (ان شاءاللہ)

بچوں کے سینے میں ریشے یا بلغم کے لیے:

املتاس کا عرق، شربت بنفشہ، روغن بادام، ان کو ہم وزن لیکر ایک بوتل میں محفوظ کر لیں۔ صبح وشام بچے کو دیں۔ سال کے بچے کو ایک چمچ صبح اور ایک چمچ شام کو دیں اور چھ مہینے کے بچے کو انگلی کی مدد سے چٹائیں کیونکہ شہد کی طرح ہوتا ہے۔ اسی طرح تین ماہ یا اس سے چھوٹے بچے کو چمچ کا ایک چوتھائی انگلی کی مدد سے چٹائیں۔ ان شاءاللہ تعالیٰ تین دن بعد بچے کی چھاتی بالکل صاف ہو جائیگی اور کھانسی ختم ہو جائے گی۔ (مرسلہ: زاہدہ رحمٰن۔ چنیوٹ)

اللہ کے پیارے: لوگ اللہ کے عیال ہیں اور اللہ کے نزدیک زیادہ پیارا اس کے عیال کو فائدہ پہنچانے والا ہے

چہرے کے گڑھے | خفیف سا رعشہ | قبض کی شکایت | سیلان الرحم | فولاد کی کمی

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

سیلان الرحم

سیلان الرحم کیا ہے؟ مغربی معالج اینٹی بایوٹک دوائیں دیتے ہیں۔ ان سے تکلیف کم ہوتی ہے۔ تو دوسری پیچیدگیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس کے تدارک اور انسداد کی کیا تدابیر ہیں؟ (ریحانہ شمسی، لاہور)

جواب: اینٹی بایوٹکس کا استعمال ہمارے ملک میں احتیاط کے ساتھ نہیں ہو رہا ہے۔ بلاشبہ طب مغربی کی یہ ایک اچھی ایجاد و اختراع ہے، مگر اس کا غلط استعمال انتہائی سنگین مسائلِ صحت پیدا کر رہا ہے، ضرورت ہے کہ ماہرین اینٹی بایوٹیکس کے استعمال میں احتیاط و توازن کا مظاہرہ کریں۔ سیلان الرحم کے متعدد اسباب ہیں جب تک صحیح سبب ہاتھ نہ آجائے بغیر غور و فکر اینٹی بایوٹیکس دینے سے کوئی نتیجہ برآمد نہیں ہو سکتا۔ سیلان الرحم کی اکثر کیفیات میں بے اعتدالی کو دخل ہوتا ہے اور ہیجان بھی اس کا سبب ہوتا ہے۔ جس کے ذرائع ہمارے ماحول میں بکثرت ہیں۔ غلط فلمیں، ڈائجسٹوں کے مضامین وغیرہ ایسے مسائل پیدا کر رہے ہیں۔ عام صحت کی خرابی اور صفائی سے غفلت وغیرہ بھی سیلان الرحم کے اسباب ہیں اگر صحت کا خیال رکھا جائے تو سیلان الرحم کا اکثر حالات میں سدباب ہو جاتا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 7,6 کو ضرور استعمال کریں۔

بلڈ پریشر

عمر ساٹھ سال۔ تو امضبوط ہیں۔ چلتا پھرتا بھی ہوں۔ ۲۔۳ سال سے بلڈ پریشر کا مریض ہوں۔ ڈاکٹری دوائیں مرض کو قابو میں کر لیتی ہیں، لیکن مستقل فائدہ نہیں ہوتا۔ طبِ مشرق اس سلسلے میں میری کیا مدد کر سکتی ہیں؟ ایسی غذائیں، تدابیر اور علاج بتایئے جن سے یہ مرض بڑی حد تک دور ہو جائے اور میں روک ٹوک اور مسلسل پرہیز و خوف کی زندگی سے نجات پا جاؤں۔ (احمد اللہ خاں، بہاول نگر)

جواب: فشارِ خونِ قوی (ہائی بلڈ پریشر) کا خوف خود سببِ مرض ہے۔ جب تک آپ اپنے ذہن سے اس کو خارج نہیں

کریں گے۔ آپ پر مسلط رہے گا۔ اندازہ نہیں ہے کہ آپ نے اپنے گردوں کا امتحان کرایا ہے یا نہیں؟ گردوں کا ورم یا ان میں پتھری ایک سبب ہو سکتی ہے۔ آپ کی عمر اب ساٹھ سال ہے اور اس عمر میں غذائی بے اعتدالیوں کی وجہ سے خون کی رگیں سخت و تنگ ہو جاتی ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ میں ایسی صورت ہو۔ میری رائے ہے کہ برنجاسف ۶ گرام، آلو بخارہ ۵ دانے، رات کو گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح خوب مل چھان کر پی لیں۔ اس سے خون کی رگوں کی تنگی دور ہو سکتی ہے۔ غذا میں اعتدال کو راہ دیجیے۔ نمک کم کھایئے۔ گوشت ہفتے میں بس ایک دو بار سبزیوں پر توجہ زیادہ سے زیادہ دیجیے۔ ہرا گھیا اس مرض کے لیے لاجواب ہے۔ زیادہ سے زیادہ نوشِ جان کیجیے۔ چارٹ سے غذا نمبر 5,6 استعمال کریں۔

خفیف سا رعشہ

عمر ۲۰ سال انٹر کا طالب علم ہوں۔ غذا اور عادات اچھی ہیں۔ ہاں چائے اور شکر کا استعمال زیادہ کرتا ہوں۔ میرے ہاتھوں میں خفیف سا رعشہ ہے جو اکثر عجلت اور کام کے وقت بڑھ جاتا ہے۔ کرکٹ بھی کھیلتا ہوں۔ کوئی مناسب علاج بتایئے۔ (خالد منصور، کراچی)

جواب: میری رائے یہ ہے کہ آپ کو چائے کا استعمال ترک کر دینا چاہیے اور دودھ کو اپنی غذا میں اہمیت کے ساتھ شریک کرنا چاہیے۔ شکر کا بھی زیادہ استعمال اچھا نہیں ہے۔ لیکن اگر ایک جواں سال ہونے کی وجہ سے اچھی ورزشیں کر لیتے ہیں جیسا کہ آپ نے لکھا ہے کہ آپ کرکٹ کھیلتے ہیں، تو شکر کا استحالہ ممکن ہے اور اس سے فی الحال شاید زیادہ نقصان نہ پہنچے۔ ہاتھوں کے رعشہ کی وجہ بظاہر آپ کے دماغ میں حرام مغز کا کوئی ایسا نقص ہے کہ جو ابھی بڑھا ہوا نہیں ہے مگر وارننگ دے رہا ہے۔ میری رائے ہے کہ آپ کو فوری طور پر مغز بادام شیریں 10 دانے (رات کو پانی میں بھگو دیں) صبح کھانے شروع کرنے چاہئیں۔ مزید کسی ماہر حکیم، ڈاکٹر سے مشورہ کر لینا چاہیے۔ چارٹ سے غذا نمبر 2,3 کا استعمال کریں۔

فولاد کی کمی

عمر ۴۰ سال ایک سال پہلے صحت بہت اچھی تھی۔ خوراک میں کوئی خاص تبدیلی نہیں آئی۔ کمزوری کے احساس پر خون کا ٹیسٹ کروایا تو ہیموگلوبین کم نکلا۔ خون کی اس کمی کے لیے کیا کروں؟ کیا محض اس کے دور ہونے سے طبیعت کی گراوٹ اور کمزوری دور ہو جائے گی؟ (احمد نعیم، حیدر آباد)

جواب: ہاں، ہیموگلوبین کا معیار درست ہونا چاہیے۔ اگر اس کا سبب جگر کی کوئی خرابی ہے تو اس کا علاج ہونا چاہیے۔ صحیح غذا پر توجہ کرنی چاہیے۔ ان دنوں انار آرہا ہے۔ انار بکثرت کھایئے۔ پالک میں قدرتی فولاد کی بڑی مقدار ہوتی ہے، اسے غذا میں شریک کرنا چاہیے۔ پھلوں اور سبزیوں پر زیادہ توجہ کرنی چاہیے۔ چارٹ سے غذا نمبر 7,5 کو استعمال کریں۔

چہرے کے گڑھے

میرے گالوں پر گڑھے اور سوراخ ہیں۔ ان کی وجوہ کیل مہاسے ہیں جو مجھے نکل رہے تھے۔ وہ کیل مہاسے تو ختم ہو جاتے تھے مگر یہ نشانات چھوڑ جاتے تھے۔ ڈاکٹر حکیم کہتے ہیں۔ کہ یہ لاعلاج ہیں ان کا کوئی علاج نہیں ہے۔ (فرحت۔ نوشہرہ)

جواب: آپ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے حسن و جمال کورس منگوا کر کچھ عرصہ استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

قبض کی شکایت

میں قبض کی مریضہ ہوں۔ روزانہ وقت پر مجھے کبھی اجابت نہیں ہوئی۔ ایک مرتبہ میں نے ایک ڈاکٹر سے اس کا تذکرہ کیا تو اس نے بتایا کہ اس میں فکر کی کوئی بات نہیں ہے۔ ملتان میں کچھ لوگ ایسے ہیں، جن کو ہفتہ بھر میں صرف ایک بار اجابت ہوتی ہے۔ میرا بھی تقریباً یہی حال ہے میں خیال کرتی ہوں کہ اگر مجھے بھی عام لوگوں کی طرح روزانہ اجابت ہو جایا کرے

تو میں اپنے آپ کو بہتر محسوس کروں گی۔ (رافعہ منیر۔ ملتان)

جواب: قبض کے اسباب بہت سے ہیں۔اس کالم میں اس کے شافی جواب کی گنجائش نہیں ہے۔اس زمانے میں غذا اور کاہلی کی عادت اور مشینوں کی ایجاد کے سبب سے اور جسمانی محنت کے مواقع نہ ہونے کی وجہ سے بھی قبض کی شکایت عام ہوگئی ہے۔قبض کا سب سے عام سبب غذا میں ریشے (پھوک) کی کمی ہے۔ناشتا اچھا ہونا چاہیے۔جس میں کھانے کے دو تین چمچوں کے برابر سبوس گندم (گیہوں کی بھوسی) شامل ہونی چاہیے۔دالوں اور اناج کے چھلکے دور نہیں کرنے چاہیں۔ گندم کے تازہ دلیے کا استعمال بھی بہت مفید ہوتا ہے۔اس میں اور فوائد بھی ہیں۔اس سے حیاتین بھی فراہم ہوتی ہیں۔ اس کے ساتھ اگر تقریباً ۲۰ کشمش، یا دو انجیر یا دو کھجوریں، جن کو چند گھنٹے پہلے پانی میں بھگو دیا گیا ہو وہ بھی کھالیں تو مزید فائدہ ہوگا۔اگر گڑ کے دو تین چمچے (چائے کے) لے سکیں تو اور بہتر ہے۔خوبانی، مویز منقا بھی قبض کشا ہیں۔اسی طرح انجیر تین سے پانچ عدد تک دودھ میں جوش دے کر رات کو پی لیا کریں تو قبض کشائی کی امید کی جاسکتی ہے۔وہ سبزیاں جو کچی کھائی جاسکتی ہیں ان کا سلاد (کچومر) بنا کر کھایا جائے تو اس سے قبض کی عادت رفع ہوسکتی ہے۔رات کو سونے سے پہلے ۲ چائے کے چمچ کے بقدر روغن بادام یا روغن زیتون لے لیا کریں تو وہ قبض جو آنتوں کی خشکی کی وجہ سے ہوتا ہے، رفع ہوجاتا ہے۔روغن زیتون آنتوں کو قوی بھی کرتا ہے۔اسپغول یا اس کی بھوسی بھی دافعِ قبض ہے لیکن اس کو زیادہ دن استعمال کرنے سے جگر خراب ہوجاتا ہے۔

اس لیے اس کو معمول نہیں بنانا چاہیے۔گل قند میں ایک رتی عصارۂ ریوند ملا کر کبھی کبھی کھالینا چاہیے، لیکن اس کے عادی نہ بنیں۔صرف گل قند ۲ تولہ رات کو کھالینا بھی قبض کے لیے مفید اور بے ضرر ہے۔کافی تدابیر درج کردی گئی ہیں لیکن ان تمام تدابیر میں سے سب سے زیادہ مفید ورزش ہے اور دوڑنا بہترین ورزش ہے۔جوگنگ دوڑنے کی بہترین صورت ہے۔ جوگنگ یہ ہے کہ کچھ دور تک درمیانی رفتار سے دوڑیں پھر کچھ دور تک چلیں پھر دوڑیں۔کم از کم ایک میل تک اسی طرح دوڑا جائے۔عورتیں اگر نہ دوڑ سکیں تو گھر پر ہی ورزش کرلیا کریں یا گھر کے کاموں میں سے کوئی ایسا کام کریں جس سے پسینا آجائے اور اعتدال کے ساتھ تھک جائیں۔پیاز اور لہسن اچھی مقدار میں کھانا خاص طور پر بلغمی مزاج والوں اور ضعفِ اعصاب کے مریضوں کی قبض کشائی کے لیے بہت مفید ہے۔ آپ چارٹ سے غذا نمبر 8,5 کو مستقل استعمال کریں۔

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کُتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہرممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہوگئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔نا چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔ (بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار کا جوس، انار شیریں، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، ایلچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوندکتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اناس، رس بھری

کن کھجورے کے زخم کا آسان علاج: پیاز بھلبھلا کر اس زخم پر جو کن کھجورے کے ناخن سے ہوا ہو اس پر باندھ دیں آرام آجائے گا

آپ کا خواب اور تعبیر

جھوٹ سے پرہیز کی نصیحت

میں دیکھتا ہوں کہ میں ایجنسی کا سامان لیکر دکان سے تھوڑی دور ہی گیا تھا کہ وہاں پر بہت سے لوگ اکٹھے ہو رہے ہیں۔ میں سب سے پوچھتا ہوں کہ کیا ہوا؟ کوئی نہیں بتاتا۔ کوئی کہتا ہے کہ یہ آدمی آرے میں آگیا ہے اور کوئی کہتا ہے گاڑی والے نے کچل دیا ہے۔ میں اس آدمی کے نزدیک جاتا ہوں تو دیکھتا ہوں کہ اس کے کئی اعضا کٹے ہوئے پڑے ہیں۔ انگلی، پاؤں، کھال اور بہت سی چیزیں بکھری پڑی ہیں اس کے جسم پر کفن پڑا ہے اور اس کے جسم کی کھال اس طرح اتر رہی ہے کہ جیسے برف پگھل رہی ہو جس کو دیکھ کر خوف آتا ہے۔ دوسری طرف بھی اس کے نزدیک ایک اور آدمی پڑا ہے اس کا بھی یہی عالم ہے اس کے جسم کا گوشت اور کھال خود بخود پگھل رہی ہے۔ اس کے منہ کی طرف دیکھتا ہوں تو آنکھ کھل جاتی ہے۔ اس کے چہرے کی ہڈیاں تک نظر آرہی تھیں جس کی وجہ سے ابھی تک خوف میں مبتلا ہوں۔ (برکت خان۔ العین ابوظہبی)

تعبیر: جن دو شخصوں کو آپ نے اس حالت میں دیکھا ہے ان کو کوئی نفع پیش آنے والا ہے یا ان کی ذات سے کچھ عزیز واقارب کو نفع پہنچنے والا ہے۔ البتہ آپ کے حق میں جھوٹ بولنے سے پرہیز کی نصیحت ہے کیونکہ ایسا لگتا ہے کہ آپ کو سنجیدگی میں نہیں تو مذاق میں جھوٹ بولنے کی عادت ہے اس سے پرہیز کریں۔ واللہ اعلم

ترقی اور شہرت والا بیٹا

میرے والد محترم نے میرے متعلق ایک خواب دیکھا ہے کہ میں نے ایک پودا لگایا ہے اور وہ پودا بہت پھیل کر بڑا ہو گیا ہے۔ اس پر سفید رنگ کے بہت زیادہ پھول لگ گئے ہیں۔ پھول بہت خوبصورت ہیں اور وہ بہت اچھے لگ رہے ہیں (آفتاب احمد کھوکھر۔۔ پشاور)

تعبیر: بہت مبارک خواب ہے اور اس طرف اشارہ ہے کہ آپ کی اولاد میں ایک بیٹا ایسا پیدا ہوگا جو بہت ترقی اور شہرت پائے گا نیز اس کے ذریعہ آپ کی نسل بہت پھیلے گی جس سے آپ کو طبعی خوشی نصیب ہوگی۔ اللہ خوش رکھے۔

آب حیات......بیوی کی نیکی

گزشتہ دنوں ایک خواب دیکھتا ہوں کہ میں اور چند دوست کسی مقام پر ہیں وہاں ایک دیوار ہے۔ اس دیوار پر تین مٹی کے پیالے پڑے ہوئے ہیں ان میں پانی موجود ہے۔ کوئی ہم سے کہتا ہے کہ ان پیالوں میں آب حیات ہے۔ ہم ان پیالوں اٹھانے کی کوشش کرتے ہیں تاکہ پانی پی سکیں لیکن وہ پیالے دیوار کے ساتھ چپکے ہوئے ہیں لہٰذا ہم ہاتھ کا چلو بنا کر پانی پیتے ہیں۔ پانی نہایت لذیذ اور اور میٹھا ہوتا ہے اور منہ میں پانی کی مٹھاس کافی دیر تک رہتی ہے۔ (عتیق الرحمٰن خان۔۔۔فیصل آباد)

تعبیر: آپ کا یہ خواب ماشاء اللہ بہت ہی مبارک ہے اور آپ کی شاندار زندگی کی بشارت ہے۔ اس بات کی علامت ہے کہ آپ کو ایک نئی سوچ اور نئی حیات کی طرف گامزن کیا جائے گا بلکہ ایسا لگتا ہے کہ آپ کی ازدواجی زندگی آپ کی سوچوں اور باطنی صلاحیتوں میں ایک حسین انقلاب برپا کرے گی۔ جس میں غالباً آپ کی بیوی کی نیکی کو بھی کافی دخل ہوگا۔ اسی طرح آپ کے دیگر دوستوں کا معاملہ ہے جنھوں نے یہ پانی پیا ہے۔ واللہ اعلم

شہرت کا حامل بچہ

میں نے دیکھا کہ آسمان پر سیاہ بادل چھائے ہوئے ہیں۔ ان پر ہمارے ملک کا نقشہ بنا ہوا ہے۔ ایک بچہ میری گود میں ہے۔ وہ مجھے کہہ رہا ہے کہ ہر طرف اندھیرا ہی اندھیرا ہے میں آسمان کی طرف دیکھتی ہوں تو مجھے اس نقشے میں ایک ستارہ چمکتا ہوا دکھائی دیتا ہے۔ میں کہتی ہوں (بچے سے) کہ اس نقشے میں ایک ستارہ بھی چمک رہا ہے۔ (کوثر پروین۔ میاں چنوں)

تعبیر: ایسا لگتا ہے کہ اللہ آپ کو اولاد میں ایسا بچہ عطا کرے گا جو ''ان شاء اللہ'' بہت شہرت پائے گا اور اس کی صلاحیتوں سے ملک وملت کو نفع پہنچے گا۔ ظاہر ہے کہ یہ آپ کے لیے بھی باعث خوشی ہوگا نیز آپ میں روحانی صلاحیت ہے اگر آپ محنت کریں اور کسی اللہ والے مجاز شخص سے روحانی تعلق قائم کرلیں تو اس صلاحیت میں اضافہ ہو سکتا ہے اور آپ ترقی کرسکتی ہیں۔ بہر کیف آپ ہماری دو کتابیں معرفت کے متلاشی اور روحانی پاکیزگی کا مطالعہ کریں۔ واللہ اعلم

خوشیوں کا باعث

میں نے دیکھا کہ میری شادی ہو رہی ہے رخصتی کے وقت دولہا ساتھ بیٹھا ہے۔ اتنے میں میں موتیا کے ڈھیر سارے پھول لاتی ہوں اور ان کو ہم دونوں کے درمیان میں لائن میں رکھ کر جالی کا کپڑا ڈال دیتی ہوں۔ (تبسم اختر۔ لاہور)

تعبیر: آپ کو خواب مبارک ہے اور اس طرف اشارہ ہے کہ آپ کو ان شاء اللہ بہت اچھا رشتہ میسر آئے گا جو آپ کی خوشیوں کا باعث ہوگا نیز مالی خوشحالی بھی نصیب ہوگی اور صحت وتندرستی کی نعمت سے بھی مالا مال ہوں گی۔ اللہ آپ کو خوش وخرم رکھے آمین۔ واللہ اعلم

غلط فہمی

میں نے دیکھا ہمارے گاؤں کی ایک عورت (جسے میں اتنا جانتی بھی نہیں) ہمارے صحن میں کھڑی ہے کہ ایک سانپ اس کے پاؤں پر ڈس لیتا ہے۔ میں بھی صحن میں کھڑی تھی وہ عورت غصے میں سانپ گردن سے پکڑ کر اس طرح میری طرف بھاگی جیسے میں نے وہ سانپ چھوڑا ہو۔ میں خوفزدہ ہو کر ادھر ادھر بھاگنے لگی اس نے سانپ کا منہ میرے بائیں بازو کی کہنی سے اوپر والے حصے پر لگا دیا اور اس نے مجھے ڈس لیا۔ میں نے زہر پھیلنے سے روکنے کے لیے زہر آلود جگہ سے اوپر اور نیچے کپڑا کس کر باندھ لیا اور امی کو آوازیں دینے لگی اور پھر میری آنکھ کھل گئی۔ (مختاراں مائی۔ فیصل آباد)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو اگر کوئی پریشانی لاحق ہے تو وہ کسی ایسی خاتون کی وجہ سے ہے جس کو آپ اپنا دشمن خیال کرنے لگی ہیں۔ جس کی بناء پر وہ آپ کو نقصان پہنچانے کے درپے ہوگئی ہے۔ نیز کسی حد تک وہ آپ کو نقصان بھی پہنچا دے گی مگر آپ کی حفاظت کر دی جائے گی۔ اللہ عافیت رکھے۔ واللہ اعلم

بال گھنے کرنے کے لیے

بعض لوگوں کے بال بہت پتلے ہوتے ہیں اور سر کی جلد نظر آتی ہے۔ ان کے لیے بہترین ٹوٹکہ ہے کہ خالص سرسوں کا تیل ایک پاؤ لے کر، بکرے کی تلی (قصاب سے کہہ کر لیں کہ پانی نہ لگا ہو) اسٹین لیس سٹیل کے برتن میں ڈال کر پکنے کے لیے رکھ دیں۔ آنچ درمیانی رکھیں جب پک کر تلی کا سائز بہت چھوٹا ہو جائے تو اتار لیں۔ تلی نکال کر پھینک دیں اور تیل ٹھنڈا ہونے پر بوتل میں محفوظ کرلیں۔ رات کو سونے سے پہلے روزانہ مساج کریں بال گھنے ہو جائیں گے آزمودہ ہے۔ (مرسلہ: مسز عبداللہ۔ فیصل آباد)

حسن خلق کی نعمت: حسن خلق کو حقیر مت سمجھو، خواہ وہ اسی قدر ہو کہ تم اپنے بھائی سے کشادہ پیشانی ملو

جولائی کی احتیاطی تدابیر اور سستی غذائیں

ہیضہ ایک سخت چھوت دار مرض ہے جو عام طور پر برسات کے زمانہ میں خراب پانی کے پینے سے اور خراب غذاؤں کے کھانے سے وباء کے طور پر پھیلتا ہے اور بہت جلد انسانوں کی کثیر تعداد کو موت کے گھاٹ اتار دیتا ہے۔

(انتخاب: چوہدری نیاز احمد۔لالہ موسیٰ)

پاکستان میں آب و ہوا کے لحاظ سے جولائی، موسم گرما کا انتہائی گرم مہینہ ہے۔ اس ماہ میں حرارت کی شدت ہوتی ہے۔ پانی کا مزہ بدل جاتا ہے۔ نیز تالابوں اور جوہڑوں میں جمع شدہ پانی تمازت آفتاب کی شدت سے انتہائی گرم بخارات ہوا میں پھیلانے کا باعث ہوتے ہیں۔ مگر ہوا کے انتہائی گرم ہونے کی وجہ سے وہ فوراً تحلیل ہو جاتے ہیں اور فضا میں حرارت اور حبس کا زور بڑھ جاتا ہے۔ طبی اعتبار سے اس ماہ کی خاص بیماریوں میں حبس، ہیضہ، اسہال، پیچش، بھوک کی کمی، سوء ہضم، دل کی بیماریاں وغیرہ شامل ہیں۔ چونکہ کثرت حرارت کے باعث معدے اور جگر کا فعل ضعیف ہو جاتا ہے اس لیے ہر وہ چیز جو اس موسم میں کھائی جائے اعضاء اسے فوراً اور صحیح طور پر ہضم کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتے۔

ہیضہ ایک سخت چھوت دار مرض ہے جو عام طور پر برسات کے زمانہ میں خراب پانی کے پینے سے اور خراب غذاؤں کے کھانے سے وباء کے طور پر پھیلتا ہے اور بہت جلد انسانوں کی کثیر تعداد کو موت کے گھاٹ اتار دیتا ہے۔

ہیضہ سے محفوظ رہنے کی تدبیریں:

(1) ہیضہ کے شروع ہوتے ہی پانی کی ٹینکی میں، پانی صاف کرنے کے لئے پوٹاس پرمیگنیٹ ڈال دی جائے۔ اگر یہ نہ ہو سکے تو پانی ابال کر، ٹھنڈا کر کے پیا جائے (2) ہمیشہ تازہ کھانا کھائیں، سڑی بسی غذاؤں کے کھانے سے بچا جائے۔ (3) کھانے پینے کی چیزوں کو ڈھک کر رکھا جائے۔ بازاری مٹھائیاں اور کھانے پینے کی دوسری چیزیں، جن کو مکھیوں وغیرہ سے محفوظ نہیں رکھا جاتا بالکل نہ کھائی جائیں (4) گلے سڑے پھل اور خراب ترکاریاں ہرگز استعمال نہ کریں۔ (5) کھانے پینے کے برتنوں کو ہمیشہ گرم پانی سے دھو کر استعمال کریں (6) دودھ کو ہمیشہ ابال کر پئیں (7) کھانے پینے میں اعتدال سے کام لیں۔ بدہضمی نہ ہونے دیں (8) کھانے کے ساتھ لیموں، پیاز، ہری مرچیں، سرکہ، پودینہ، جیسی چیزیں ضرور استعمال کریں (9) ہیضہ کے زمانے میں بنا کھائے خالی پیٹ گھر سے باہر نہ جائیں (10) صفائی کا خاص طور پر خیال رکھیں۔ اپنے جسم، لباس اور مکان کی صفائی کے ساتھ گلی کوچوں بلکہ پوری آبادی کا خیال رکھا جائے۔

(11) جب گھر کا کوئی آدمی ہیضہ میں مبتلا ہو جائے تو اس کو تندرست آدمیوں سے الگ کمرے میں رکھیں۔ اس کے کھانے پینے کے برتن بھی الگ رکھیں۔ تیماردار کو مریض کے کپڑے یا برتن چھو جانے کے بعد اپنے ہاتھ کو گرم پانی اور صابن سے دھو ڈالنا چاہیے۔ مریض کے قے، دست کو کسی گڑھے میں ڈال کر دبا دینا چاہیے اور جب مریض اچھا ہو جائے تو اس کے کمرے میں سفیدی کرائی جائے اور اس کے بستر اور کپڑوں کو پانی میں جوش دے کر دھویا جائے یا ان کو جلا دیا جائے۔

آم کی چٹنی: آم کے موسم میں گوشت کے ساتھ سلاد اور چٹنی کا استعمال موزوں ہے، جون، جولائی، اگست گرمی کی شدت کا زمانہ ہے۔ کوئی چٹ پٹا سالن یا اچار اگر دسترخوان پر آجائے تو روٹی کے چند لقمے حلق سے نیچے اتر جاتے ہیں ورنہ پانی پی کر ہی گزارا کرنا پڑتا ہے۔ ایسے وقت کچے آم کی چٹنی بے مثل اور پسندیدہ چیز ہے۔ اس سے پیٹ بھرنے کے علاوہ گیس میں کمی اور بدن کو جلد ہضم ہونے والی حیاتین بھری غذا سستے داموں ہاتھ آجاتی ہے۔ ہمارے ملک میں کچے آم کو کیری کے نام سے یاد کیا جاتا ہے۔

معدہ کچے آم کو دو گھنٹے میں ہضم کر لیتا ہے، اس میں پانی نوے فیصد، نشاستہ سات فیصد، چکنائی اعشاریہ آٹھ، فولاد چار اعشاریہ پانچ لحمی اجزاء اعشاریہ سات فیصد، چکنائی اعشاریہ ایک، معدنی نمک اعشاریہ چار، چونا اعشاریہ ایک اور فاسفورس اعشاریہ دو فیصد شامل ہوتے ہیں۔ آدھ چھٹانک کچے آم میں حیاتین الف چوالیس، حیاتین ج ۱۲ اور گیارہ حرارے بھی ہمیں حاصل ہو جاتے ہیں۔ یہ حیاتین بھری چٹنی تیار کرنے کے لیے کچے آموں کو بھوبھل میں آٹھ دس منٹ تک دبا دیا جاتا ہے۔ جب اوپر والا چھلکا نرم اور گداز ہو جائے تو آموں کو احتیاط سے بھوبھل سے نکال کر صاف کر کے پانی میں ڈال دیا جاتا ہے۔ ٹھنڈا ہونے پر وہ پانی گرا دیا جاتا ہے اور تھوڑی مقدار میں دوسرا پانی ملا کر آموں کو آہستہ آہستہ مل مل کر ان کا رس جو اس عمل میں پختہ ہونے سے نرم ہو جاتا ہے نکال لیا جاتا ہے۔ اس نصف چھٹانک صحت بخش رس میں ایک چھٹانک شکر ملا کر نصف چائے والا چمچ نمک ملا کر ایک چٹ پٹا سالن بن جاتا ہے۔ بعض افراد اس میں ایک آدھ سرخ مرچ اور دو چار پتے سبز دھنیا کے بھی ملا دیتے ہیں۔ غذائی اعتبار سے اس کم دام چٹنی کے نصف چھٹانک رس سے ہمیں چوالیس حرارے اور حیاتین الف اور ج حاصل ہوتے ہیں۔ یہ خوش ذائقہ چٹنی معدے میں جا کر اس کی جلن اور بڑھی ہوئی گرمی دور کرتی ہے۔ اس کی ترشی اپھارہ اور گیس کو بھی کم کرتی ہے۔ اس سے پیشاب کی جلن دور اور پیشاب کی زیادتی میں کمی ہو جاتی ہے۔ سب سے قیمتی فائدہ ذہنی سکون حاصل ہوتا ہے۔ لو لگنے کی تکلیف میں یہ چٹنی بے حد مفید ہے بلکہ روزانہ اس کے استعمال سے لو لگنے کا اندیشہ نہیں رہتا۔

پیڑوں کی لسی: گرمی کے موسم میں بھوک کم اور پیاس زیادہ محسوس ہوتی ہے۔ ان دنوں پیاس بجھانے کے لیے قسم قسم کے مشروب مارکیٹ میں موجود ہیں لیکن مسلمان حکیموں نے صدیوں پہلے پیڑوں کی لسی پینے کا طریقہ جاری کیا تھا جو پیاس بجھانے یا گرمی دور کرنے، موسمی تیز ہواؤں اور سورج کی شعاعوں سے جلد کو جھلسنے والے اثرات دور کر کے خوبصورت اور ملائم بنانے کے علاوہ ایک طاقت بخش غذا کا کام بھی دیتی ہے۔ پرانے طبیب تحقیق کے کسی قدر عالم تھے کہ انہوں نے دودھ سے بنے ہوئے کھوئے چینی اور پانی کو ملا کر ایک سستا تسکین دینے والا خالص مکھن اور لحمی اجزاء کا لذیز اور خوش ذائقہ جام دنیا کے سامنے پیش کر دیا۔ اگر آپ نے فیشن کو ترک کر کے پرانے حکیموں کی دریافت پر اس لسی کو پینا شروع کر دیا تو صبح ہی صبح آپ کو تقریباً پانچ سو حرارے مل سکتے ہیں۔ معدے کی تیزابیت اور دوسری بیماریاں بھی رفع ہو سکتی ہے۔ تین چار گھنٹے کسی دوسری غذا کی ضرورت نہیں ہوگی۔ اس بات سے انکار نہیں ہو سکتا کہ اس جام کے پینے سے معدہ بوجھل ہوگا۔ اونگھ آنے لگے گی اور موجودہ معاشرے کی پیداوار جسمانی اور اعصابی دردیں بھی شاید ہونے لگیں، اس لسی کو ہضم کرنا جسم کو حرکت دینے اور محنت مشقت کرنے والوں کا کام ہے۔ کرسی پر بیٹھے اور آرام کرنے والے حضرات اسے استعمال کرنے کا شوق کریں تو اپنے ساتھ ورزش اور سیر بھی شروع کر دیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 24 پر)

بلاؤں سے نجات ٭ سنگین مقدمات سے نجات ٭ بچوں کے لیے مجرب

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے۔ آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں۔ یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

بھول اور غفلت سے نجات

صبح فجر کی سنتوں اور فرض کے درمیان جو شخص ایک سو اکیس (121) مرتبہ ''**یا اللہ یا رحمٰن**'' کسی بیمار کے سرہانے کھڑے ہو کر پڑھے گا۔ سات دن میں بیمار تندرست ہو جائے گا۔ اگر موت مقدر میں ہے تو خاتمہ بالخیر ہوگا۔ جلد مشکل آسان ہو جائے گی۔ یہ عمل مجرب ہے۔ جو کوئی ''**یا رحمٰن یا رحیم**'' دونوں نام ملا کر ہر نماز کے بعد اکیس مرتبہ پڑھے گا۔ حق تعالیٰ غفلت اور بھول اس کے مزاج سے مٹا دیں گے۔ نماز کی محبت پیدا ہوگی۔ آزمودہ ہے۔

بلاؤں سے نجات

جو شخص فجر اور مغرب کی نماز کے بعد اکیس مرتبہ ''**یا قابض**'' ہمیشہ پڑھے۔ کسی قسم کا جادو اس پر اثر نہیں کریگا۔ کسی شخص کی بددعا اس کے حق میں کارگر نہ ہوگی۔ کسی جن بھوت کا اثر نہ ہوگا۔ ہر قسم کی بلاؤں کو رفع کرنے کے لیے یہ نام اسم اعظم کا درجہ رکھتا ہے اور نہایت عجیب الاثر ہے۔

سنگین مقدمات سے نجات

سخت سے سخت مرض یا سنگین مقدمہ فتح کرنے کے لیے ''**یا حلیم، یا علیم، یا علی، یا عظیم**'' کا پڑھنا نہایت مجرب ہے۔ حضرت علامہ حضرمیؒ نے اس اسماء کو پڑھ کر چار ہزار آدمیوں کے لشکر کو بڑے دریا سے بلاکشتی، بلا جہاز، بغیر پل کے پار اتارا۔ اس دعا سے خشک ریگستان میں اللہ پاک نے حضرت علاءؓ کے لیے مینہ برسایا۔ اگر کوئی شخص ان اسماء کو ایک لاکھ اکیاون ہزار (151,000) مرتبہ بطور ختم پڑھے تو اسی ہفتے کامیاب و بامراد ہوگا۔ معمولی ضرورتوں کے لیے ایک ہزار مرتبہ پڑھ کر دعا کرنا کافی ہے۔

سخت سے سخت مصیبت سے نجات

ہر ایک مصیبت کے لیے اس مبارک نام (**یا ارحم الراحمین**) کا ہر وقت ورد رکھنا تمام آفتوں کا مجرب علاج ہے۔ ایک راہزن نے حضرت زیدؓ کو پکڑ کر قتل کرنے کا ارادہ کیا تو اس وقت آپؓ نے تین مرتبہ یہ نام پڑھا کہ اللہ تعالیٰ نے آسمان سے ایک فرشتے کو بھیجا جس نے اس جلاد کو ختم کر کے آپ کو رہائی دلائی۔ سجدے میں سو مرتبہ اس نام کو عشاء کی نماز کے بعد پڑھنا لاعلاج مریضوں کی دوا، سخت سے سخت مصیبت سے نجات ملنے کا کامل ذریعہ ہے۔ کسی بھی مسلمان کو اس دولت سے محروم نہیں رہنا چاہیے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں نیک کام کرنے کی ہمت و توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

بچوں کے بولنے کے لیے مجرب

اگر کوئی بچہ تین چار برس کا ہو جائے اور بولنا شروع نہ کرے اس کو روزانہ اکیس روز تک ان آیتوں کا لکھ کر گھول کر پلانا نہایت مجرب اور مفید ہے۔ انشاء اللہ اکیس روز کے عرصہ میں بچہ بولنے لگے۔ آیتیں یہ ہیں۔

اِنِّیْ عَبْدُ اللّٰہِ اٰتٰنِیَ الْکِتٰبَ وَ جَعَلَنِیْ نَبِیًّا ۝ وَّ جَعَلَنِیْ مُبٰرَکًا اَیْنَ مَا کُنْتُ وَ اَوْصٰنِیْ بِالصَّلٰوۃِ وَ الزَّکٰوۃِ مَا دُمْتُ حَیًّا ۝ وَّ بَرًّۢا بِوَالِدَتِیْ وَ لَمْ یَجْعَلْنِیْ جَبَّارًا شَقِیًّا ۝ وَ السَّلٰمُ عَلَیَّ یَوْمَ وُلِدْتُّ وَ یَوْمَ اَمُوْتُ وَ یَوْمَ اُبْعَثُ حَیًّا ۝ (سورۃ مریم آیت نمبر 30 تا 33)

مکان یا زمین کے مقدمے سے نجات

اگر کسی شخص کا مکان یا زمین کا مقدمہ چل رہا ہے یا کوئی شخص جائیداد غیر منقولہ کا مقدمہ ہار کر اپیل کرنے کا ارادہ رکھتا ہو تب مقدمہ چلانے کے دنوں میں تین ہزار مرتبہ روزانہ

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ اِنَّا نَحْنُ نَرِثُ الْاَرْضَ وَ مَنْ عَلَیْھَا وَ اِلَیْنَا یُرْجَعُوْنَ ۝ (سورۃ مریم آیت نمبر 40)

آیت کا پڑھنا، ہارا ہوا مقدمہ جیتنے کے لیے اکسیر اعظم اور نہایت مفید اور مجرب عمل ہے۔

(بقیہ: جولائی کی احتیاطی تدابیر اور سستی غذائیں)

جَو کے ستو: جو ایک بین الاقوامی غلہ ہے جسے ہمارے دسترخوانوں کی زینت بننے کا فخر حاصل ہے۔ اس کا دلیہ اور کھیر جو جسمانی نشو و نما اور گرمی کے اثرات کو دور کرنے کے لیے کمزوروں، بیماری سے اٹھے ہوئے اور دماغی کام کرنے والوں کے لیے بہترین غذا ہے۔ تپتی لو کے اثرات سے محفوظ رہنے کے لیے جو بھون کر آٹا تیار کیا جاتا ہے۔ جسے ستو کہتے ہیں۔ اس میں برف اور چینی ملا کر ایک گلاس پی لینے سے فوری پیاس بجھنے کے علاوہ ایک روٹی کے برابر غذائیت بھی حاصل ہو جاتی ہے۔ ستو میں گیارہ فیصد گوشت بنانے والے، سوا فیصد روغنی اجزاء، ڈیڑھ فیصد معدنی نمکیات، ۷۰ فیصد نشاستہ، چار فیصد قبض کشا ریشہ دار چھلکے، تین فیصد فولاد اور قلیل مقدار میں فاسفورس اور چونے کے اجزاء شامل ہوتے ہیں۔ ستو کو طاقتور بنانے کے لیے اس میں ایک سے چار چھٹانک تک گائے یا بکری کا دودھ ملایا جاتا ہے۔ اگر تیاری کے بعد اس میں انار کا پانی چینی کی بجائے ملا دیا جائے تو معدے اور آنتوں کو طاقت دینے کے علاوہ دست اور اسہال وغیرہ کو رفع کرتا ہے۔ اگر اس میں ایک سے چار چھٹانک تک سیب کے ٹکڑے جوش دے دیئے جائیں تو یہ ایک زود ہضم اور دل کو تقویت دینے والی غذا تیار ہوگی۔

حلوہ کدو: حلوہ کدو دھاریدار گہرے سبز اور زرد رنگ کے تربوز یا پیٹھے کے ہم شکل آدھ سیر سے دس سیر تک وزنی پھل ہے، جو نازک بیل میں لگتا ہے۔ اس کی کاشت گرم ممالک میں کی جاتی ہے۔ عوام اسے سبزی ترکاری اور اطباء حیاتین بھرا پھل شمار کرتے ہیں۔ ایک پاؤ حلوہ کدو میں ایک چپاتی کے برابر غذائیت ہوتی ہے۔ معدہ اسے تین گھنٹے میں ہضم کر لیتا ہے۔ قدرت نے اس میں ۹۰ فیصد پانی، ۵ فیصد نشاستہ دار اجزاء، ڈیڑھ فیصد روغنی اجزاء اور تھوڑی تھوڑی مقدار میں فولاد، فاسفورس اور معدنی نمکیات رکھے ہیں۔ ایک چھٹانک حلوہ کدو میں ۱۶ حرارے شامل ہیں۔ حلوہ کدو میں وٹامن اے، بی اور سی بھی ہمیں مل جاتے ہیں۔ گرمی کے موسم میں حلوہ کدو کھانے سے پیاس کی شدت میں کمی ہو جاتی ہے۔ معدہ اور خون کی تیزابیت دور اور دل و دماغ کو بھی اس سے طاقت حاصل ہوتی ہے۔ خون کا جوش اور دباؤ کم اور لو سے ہونے والے بخار سے بھی سکون رہتا ہے۔ سل اور دق کے مریض شوق سے اپنی غذا میں شامل کر سکتے ہیں اور دائمی قبض والے اسے تھوڑی مقدار میں کھا کر ۸۰ فیصد بیماریوں کو جنم دینے والی قبض سے چھٹکارا پا سکتے ہیں۔ بواسیر کے مریضوں کے لیے بہترین غذا ہے۔ بواسیر کا خون بھی اس کے استعمال سے رک جاتا ہے۔ پکا ہوا گہرے زرد رنگ والا کدو غذائیت رکھنے کی وجہ سے معدے آنتوں اور کمزور اور بلغمی طبیعت والوں میں بوجھ پیدا کرتا ہے، انہیں سفید زیرہ یا سونٹھ ملانے سے یہ دقت بھی رفع ہو جاتی ہے۔ عام حفظان صحت کے اصولوں کے مطابق تیز دھوپ میں نہ پھریں۔ چھاتہ استعمال کریں۔ سخت محنت سے پرہیز کریں کیونکہ زیادہ مشقت سے جسم میں اور زیادہ گرمی پیدا ہوگی جو نقصان کا باعث ہو سکتی ہے۔ دن میں دو مرتبہ تازے پانی سے غسل کریں، سوتی لباس پہنیں۔ ہفتے میں ایک آدھ مرتبہ پاؤں میں مہندی لگانا بھی مناسب ہے۔ تازہ خوشبودار کلیاں اور پھول سونگھنے چاہئیں۔ رات کم از کم چھ گھنٹے ضرور سوئیں۔

شہد کی مکھی یا بھڑ کے کاٹے ہوئے حصے پر جلن: جہاں ڈنک لگا ہے وہاں عرق کافور مل دیں جلن ختم ہو جائے گی اور ٹھنڈک پیدا ہوگی

حضور اقدس ﷺ نے متعدد نکاح کیوں فرمائے؟

ڈاکٹر صاحب نے مجمع میں سوال کیا کہ یہاں بہت سے نوجوان بیٹھے ہیں۔ آپ میں سے کون جوان ہے جو 40 سال کی بیوہ سے شادی کرے گا......؟ سب نے No،No کہا۔ ڈاکٹر صاحب نے ان کو بتایا کہ نبی کریم ﷺ نے ایسا کیا ہے۔

(تحریر: ڈاکٹر نور احمد نور۔ فزیشن ملتان)

کافی عرصہ کی بات ہے کہ جب میں لیاقت میڈیکل کالج جامشورہ میں سروس کر رہا تھا تو وہاں لڑکوں نے سیرت نبی ﷺ کانفرنس منعقد کرائی اور تمام اساتذہ کرام کو مدعو کیا۔ چنانچہ میں نے ڈاکٹر عنایت اللہ جوکھیو (جو ہڈی جوڑ کے ماہر تھا) کے ہمراہ اس مجلس میں شرکت کی۔ اس مجلس میں ایک اسلامیات کے لیکچرار نے حضور اقدس ﷺ کی پرائیویٹ زندگی پر مفصل بیان کیا اور آپ کی ایک ایک شادی کی تفصیل بتائی کہ یہ شادی کیوں کی اور اس سے امت کو کیا فائدہ ہوا۔ یہ بیان اتنا مؤثر تھا کہ حاضرین مجلس نے اس کو بہت سراہا۔ کانفرنس کے اختتام پر ہم دونوں جب جامشورو سے حیدرآباد بذریعہ کار آرہے تھے تو ڈاکٹر عنایت اللہ جوکھیو نے عجیب بات کی۔ اس نے کہا کہ آج رات میں دوبارہ مسلمان ہوا ہوں۔ میں نے تفصیل پوچھی تو اس نے بتایا کہ آٹھ سال قبل جب وہ FRCS کے لیے انگلستان گیا تو کراچی سے انگلستان کا سفر کافی لمبا تھا، ہوائی جہاز میں ایک ایئر ہوسٹس میرے ساتھ آکر بیٹھ گئی۔ ایک دوسرے کے حالات سے آگاہی کے بعد اس عورت نے مجھ سے پوچھا کہ تمہارا مذہب کیا ہے؟ میں نے بتایا، اسلام۔ ہمارے نبی ﷺ کا نام پوچھا، میں نے حضرت محمد ﷺ بتایا، پھر اس لڑکی نے سوال کیا کہ کیا تم کو معلوم ہے کہ تمہارے نبی ﷺ نے گیارہ شادیاں کی تھیں؟ میں نے لاعلمی ظاہر کی تو اس لڑکی نے کہا یہ بات حق اور سچ ہے۔ اس کے بعد اس لڑکی نے حضور ﷺ کے بارے میں دو تین اور باتیں کیں، جس کے سننے کے بعد میرے دل میں (نعوذ باللہ) حضور ﷺ کے بارے میں نفرت پیدا ہوئی۔ جب میں لندن کے ہوائی اڈے پر اترا تو میں مسلمان نہیں تھا۔ آٹھ سال انگلستان میں قیام کے دوران میں کسی مسلمان کو نہیں ملتا تھا حتیٰ کہ عید کی نماز تک میں نے ترک کر دی۔ اتوار کو میں گرجوں میں جاتا اور وہاں کے مسلمان مجھے عیسائی کہتے تھے۔ جب میں آٹھ سال بعد واپس پاکستان آیا تو ہڈی جوڑ کا ماہر بن کر لیاقت میڈیکل کالج میں کام شروع کیا۔ یہاں بھی میری وہی عادت رہی۔ آج رات اس لیکچرار کا بیان سن کر میرا دل صاف ہو گیا اور میں نے پھر سے کلمہ پڑھا ہے۔

غور کیجئے ایک عورت کے چند کلمات نے مسلمان کو کتنا گمراہ کیا اور اگر ڈاکٹر عنایت اللہ یہ بیان نہ سنتا تو پتہ نہیں ان کا کیا بنتا۔ اس کی وجہ ہم مسلمانوں کی کم علمی ہے۔ ہم حضور ﷺ کی زندگی کے متعلق نہ پڑھتے ہیں اور نہ جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔ کئی میٹنگوں میں جب کوئی ایسی بات کرتا ہے تو مسلمان کوئی جواب نہیں دیتے، ٹال دیتے ہیں۔ جس سے اعتراض کرنے والوں کے حوصلے بلند ہو جاتے ہیں۔ اس لیے بہت اہم ہے کہ ہم اس موضوع کا مطالعہ کریں اور موقع پر صحیح بات لوگوں کو بتائیں۔ ایک دفعہ بہاولپور سے ملتان بذریعہ بس میں سفر کر رہا تھا کہ ایک آدمی لوگوں کو حضور ﷺ کی شادیوں کے بارے میں گمراہ کر رہا تھا۔ میں نے اس کے قریب جانے کی کوشش کی اور بات شروع کی تو وہ چپ ہو گیا اور باقی لوگ بھی ادھر ادھر ہو گئے۔ لوگوں نے حضور ﷺ کی عزت و ناموس کی خاطر جانیں قربان کی ہیں کیا ہمارے پاس اتنا وقت نہیں کہ ہم اس موضوع کے چیدہ چیدہ نکات کو یاد کر لیں اور موقع پر لوگوں کو بتائیں۔ اس بات کا احساس مجھے ایک دوست ڈاکٹر نے دلایا جو انگلستان میں ہوتے ہیں اور یہاں ایک جماعت کے ساتھ آئے تھے۔ انگلستان میں ڈاکٹر صاحب کے کافی دوست دوسرے مذاہب سے تعلق رکھتے تھے وہ ان کو اس موضوع پر صحیح اطلاع کرتے رہتے ہیں۔ انہوں نے چیدہ چیدہ نکات بتائے، جو میں لکھ کر پیش کر رہا ہوں۔

اتوار کے دن ڈاکٹر صاحب اپنے دوستوں کے ذریعے ”گرجا گھر“ چلے جاتے ہیں، وہاں اپنا تعارف اور نبی کریم ﷺ کا تعارف کراتے ہیں۔ عیسائی لوگ خاص کر مستورات آپ کی شادیوں پر اعتراض کرتی ہیں۔ چنانچہ ڈاکٹر صاحب کے جوابات مندرجہ ذیل ہیں:

(1) میرے پیارے نبی ﷺ نے عالم شباب میں (25 سال کی عمر میں) ایک سن رسیدہ بیوہ خاتون حضرت خدیجہؓ سے شادی کی۔ حضرت خدیجہؓ کی عمر 40 سال تھی اور جب تک حضرت خدیجہؓ زندہ رہیں آپ نے دوسری شادی نہیں کی۔ 50 سال کی عمر تک آپ نے ایک بیوی پر قناعت کی۔ (اگر کسی شخص میں نفسانی خواہشات کا غلبہ ہو تو وہ عالم شباب کے ۲۵ سال ایک بیوہ خاتون کے ساتھ گزارنے پر اکتفا نہیں کرتا) حضرت خدیجہؓ کی وفات کے بعد مختلف وجوہات کی بناء پر آپ ﷺ نے نکاح کیے۔ پھر اسی مجمع سے ڈاکٹر صاحب نے سوال کیا کہ یہاں بہت سے نوجوان بیٹھے ہیں۔ آپ میں سے کون جوان ہے جو 40 سال کی بیوہ سے شادی کرے گا.....؟ سب نے No,No کہا۔ ڈاکٹر صاحب نے ان کو بتایا کہ نبی کریم ﷺ نے یہ کیا ہے، پھر ڈاکٹر صاحب نے سب کو بتایا کہ جو گیارہ شادیاں آپ ﷺ نے کی ہیں سوائے ایک کے باقی سب بیوگان تھیں۔ یہ سن کر سب حیران ہوئے۔ پھر مجمع کو بتایا کہ جنگ اُحد میں ستر صحابہؓ شہید ہوئے۔ نصف سے زیادہ گھرانے بے آسرا ہو گئے، بیوگان اور یتیموں کا کوئی سہارا نہ رہا۔ اس مسئلہ کو حل کرنے کے لیے نبی کریم ﷺ نے اپنے صحابہؓ کو بیوگان سے شادی کرنے کو کہا، لوگوں کو ترغیب دینے کے لیے آپ ﷺ نے حضرت سودہؓ، حضرت ام سلمہؓ اور حضرت زینب بنت خزیمہؓ سے مختلف اوقات میں نکاح کیے۔ آپ کو دیکھا دیکھی صحابہ کرامؓ نے بیوگان سے شادیاں کیں جس کی وجہ سے بے آسرا گھرانے آباد ہو گئے (2) ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ عربوں میں دستور تھا کہ جو شخص ان کا داماد بن جاتا اس کے خلاف جنگ کرنا اپنی عزت کے خلاف سمجھتے۔ جناب ابو سفیانؓ اسلام لانے سے پہلے حضور ﷺ کا شدید ترین مخالف تھا۔ مگر جب ان کی بیٹی ام حبیبہؓ سے حضور نبی کریم ﷺ کا نکاح ہوا تو یہ دشمنی کم ہو گئی۔ ہوا یہ کہ ام حبیبہؓ شروع میں مسلمان ہو کر اپنے مسلمان شوہر کے ساتھ حبشہ ہجرت کر گئیں، وہاں ان کا خاوند نصرانی ہو گیا۔ حضرت ام حبیبہؓ نے اس سے علیحدگی اختیار کی اور بہت مشکلات سے گھر پہنچیں۔ حضور ﷺ نے ان کی دل جوئی فرمائی اور بادشاہ حبشہ کے ذریعے ان سے نکاح کیا (3) حضرت جویریہؓ کا والد قبیلہ معطلق کا سردار تھا۔ یہ قبیلہ مکہ مکرمہ اور مدینہ منورہ کے درمیان رہتا تھا۔ حضور ﷺ نے اس قبیلہ سے جہاد کیا، ان کا سردار مارا گیا۔ حضرت جویریہؓ قید ہو کر ایک صحابیؓ کے حصہ میں آئیں۔ صحابہ کرامؓ نے مشورہ کر کے سردار کی بیٹی کا نکاح حضور ﷺ سے کر دیا اور اس نکاح کی برکت سے اس قبیلہ کے سو گھرانے آزاد ہوئے اور سب مسلمان ہو گئے۔ (4) خیبر کی لڑائی میں یہودی سردار کی بیٹی حضرت صفیہؓ قید ہو کر ایک صحابیؓ کے حصہ میں آئیں۔ صحابہ کرامؓ نے مشورے سے ان کا نکاح حضور اکرم ﷺ سے کرا دیا۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

جاہل اور عالم کے عذاب کا فرق: جاہل کو ایک دفعہ عذاب دیا جائے گا اور عالم کو سات دفعہ

معاشی حالات کی خرابی * بری صحبت کے زندگی پر اثرات * والدین کا احترام * خواب یا حقیقت

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

نکما اور غائب دماغ

میرے اندر فطری ذہانت اور چالاکی نہ ہونے کے برابر ہے۔ اگرچہ تعلیمی میدان میں میرا ریکارڈ اچھا ہے لیکن روزمرہ کے معاملات میں میرے کردار کو دیکھتے ہوئے لوگ مجھے غائب دماغ اور نکما کہتے ہیں۔ میرے بیشتر فیصلے اور باتیں غلط ثابت ہوتی ہیں۔ میرے اندر وقت پر فیصلہ کرنے کی صلاحیت بالکل نہیں ہے۔ میں علم کے ساتھ ساتھ عمل کے میدان میں بھی ترقی کرنا چاہتا ہوں۔ (محمد عمران۔ فیصل آباد)

جواب: آپ کثرت سے ''**یا حی یا قیوم**'' کا ورد کیا کریں۔ ان شاء اللہ اس ورد سے آپ کو اپنے مقصد کے حصول میں بڑی مدد حاصل ہوگی۔

ناکامیوں، پریشانیوں اور بیماریوں سے دلبراشتہ

حالات سے دلبراشتہ ہو کر خط لکھ رہی ہوں۔ ناکامیوں، پریشانیوں اور بیماریوں نے میرے بچوں کو جکڑا ہوا ہے۔ معمولی کام ان کے لیے بڑا مسئلہ ثابت ہوتے ہیں اور بالآخر انہیں ناکامی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ میٹرک میں کئی سال لگانے کے بعد پاس ہوئے ہیں اور وہ بھی معمولی نمبروں سے۔ ہم غریب لوگ ہیں کثیر رقم خرچ کر کے ٹیوشن وغیرہ نہیں پڑھا سکتے۔ کوئی ایسا اسم بتائیں کہ جس کے پڑھنے سے کامیابی اور نیک بختی میرے بچوں کے قدم چومے (گ۔ کوئٹہ)

جواب: آپ کے گھر والوں کو چاہئے کہ نماز عشاء کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ گیارہ بار آیت الکرسی پڑھ کر دعا کیا کریں۔ اس وظیفے کو چار ماہ تک پڑھا جائے۔

دل و دماغ پر خوف

دو سال پہلے میں نے ایک کہانی پڑھی جس میں لڑکے نے خودکشی کر لی تھی۔ کہانی پڑھنے کے بعد میری حالت عجیب سی ہوگئی۔ ہر وقت خوف سا محسوس ہونے لگا۔ اب حال یہ ہے کہ اگر میں کسی بیماری کی خبر سنوں تو سخت خوفزدہ ہو جاتی ہوں۔ کسی کے انتقال کی اطلاع ملنے کے بعد بھی یہی حال ہو جاتا ہے۔ کبھی خود کو بیمار محسوس کرتی ہوں اور محسوس کرتی ہوں کہ دماغ منجمد ہوگیا ہے۔ خوف میرے دل و دماغ میں بیٹھ گیا ہے۔ (سائرہ بانو۔ پشاور)

جواب: اسم ذات ''**اللّٰہ**'' خوشخط لکھوا کر اپنی خوابگاہ میں آویزاں کر لیں۔ رات سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد دس منٹ تک پوری توجہ سے اس اسم کو دیکھا کریں۔ دیگر اوقات میں جب بھی فارغ ہوں چند منٹ پوری توجہ کے ساتھ اسم ذات کو دیکھ لیا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس دن کیا جائے۔ اسم ذات کے نقش کو دیکھنے سے انشاء اللہ ذہن سے خوف کا غلبہ ختم ہو جائے گا۔

بری صحبت کے زندگی پر اثرات

میں بچپن سے بری صحبت میں رہا ہوں اور اب مجھے احساس ہوتا ہے کہ میں نے غلط کیا یا میں غلط کر رہا ہوں۔ حالات نے مجھے نشے کی عادت میں مبتلا کر دیا ہے۔ میں اپنے رشتے داروں یا کسی محفل میں موجود لوگوں کا سامنا نہیں کرتا اور ان سے بات کرنے کی کوشش ناکام ہو جاتی ہے۔ میں اپنے اندر مخفی صلاحیتوں کو بروئے کار لانا چاہتا ہوں۔ میری خواہش ہے کہ میرے اندر اتنی کشش پیدا ہو جائے کہ فریق مخالف میرے آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر بات نہ کر سکے۔ میں ایک عرصہ تک فارغ رہا اب ڈرائیونگ سیکھنے کا ارادہ کر رہا ہوں مجھ پر اور گھر والوں پر قرض بہت ہو گیا ہے میں باہر جانا چاہتا ہوں۔ (عبدالسلام۔ عیسیٰ خیل)

جواب: آپ کسی کو متاثر کرنے کی خواہش دل میں نہ لائیں بلکہ اپنے احوال کو درست کریں اور کوئی ایک راستہ منتخب کر کے اس پر عمل کریں۔ یہ خوش آئند بات ہے کہ آپ کو اچھے برے کا احساس ہو گیا ہے۔ نشے کی عادت سے نجات حاصل کریں۔ قوت ارادی سے کام لیں اور روز صبح سورج نکلنے سے پہلے باوضو ہو کر پانی پر ایک بار ''**یا ودود**'' دم کر کے پانی پی لیا کریں۔ انشاء اللہ آپ کو خود پر کنٹرول حاصل ہو جائے گا۔ نماز عشاء کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ گیارہ مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر دعا کیا کریں، کم از کم چار ماہ تک یہ آیت پڑھیں۔

معاشی حالات کی خرابی

ہمارے معاشی حالات خراب تر ہو گئے ہیں۔ والد پہلے ٹیکسی چلاتے تھے جو بعض وجوہات کی بناء پر فروخت کر دی۔ اب دوسرا کام شروع کیا ہے لیکن لوگ رجوع نہیں کرتے۔ میرے بھائیوں کے حالات بھی کچھ اسی طرح کے ہیں گھر میں بیماریاں بھی موجود رہی ہیں جو مزید پریشانیوں کا باعث ہیں۔ (عبدالجبار۔ صادق آباد)

جواب: نماز عشاء کے بعد تین سو بار ''**یا وھاب**'' اور نماز فجر کے بعد اسی تعداد میں ''**یا باسط**'' پڑھ کر دعا کی جائے۔ کم از کم چار ماہ تک۔ انشاء اللہ حالات میں تبدیلی واقع ہوگی۔ بیماریوں کے لیے صبح شام گھر کا ہر فرد ایک بار سورۂ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کرے۔ اس عمل کو کم از کم تین ماہ کیا جائے۔

شوہر کی توبہ

میں شادی شدہ اور دو بچوں کی ماں ہوں۔ میرے خاوند روز بروز مجھ سے دور ہوتے جا رہے ہیں۔ ان کی توجہ میری طرف سے ہٹتی جا رہی ہے۔ وہ ہر کسی کے سامنے اور ہر وقت مجھے طعنے دیتے رہتے ہیں اور سخت لہجے میں بات کرتے ہیں۔ وہ صرف اپنی والدہ اور بہنوں کی بات سنتے ہیں۔ میں نہیں کہتی کہ وہ والدہ اور بہنوں کو نہ مانیں لیکن سچ بات کو سمجھیں اور یقین کریں گھر کے حالات بھی دن بدن خراب ہوتے جا رہے ہیں۔ (مسز امجد۔۔۔ جھنگ)

جواب: روزانہ رات کو ایک تسبیح ''**یا کریم**'' کی پڑھ کر اپنے ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔

قوت ارادی کی کمی

میرے بڑے بھائی میں شعور، فہم اور قوت ارادی کی بے حد کمی ہے۔ وہ کسی سے بھی درست اور اچھے طریقے سے

برائے دفع خفقان: خفقان کے مرض میں سورۂ قریش چینی کی طشتری پر لکھ کر پلانا مفید ہے۔

بات نہیں کر سکتے۔ حتیٰ کہ والد اور بھائیوں سے بات کرتے ہوئے بھی ان کا یہ حال ہو جاتا ہے۔ بہت جلد غصے میں آجاتے ہیں اور اس وقت بات کرتے ہوئے ان سے الفاظ ٹھیک طرح ادا نہیں ہوتے۔ (شازیہ شوکت۔ چونیاں)

جواب: روزانہ صبح سورج نکلنے سے پہلے ایک بار "**یا ودود**" پانی یا کسی مشروب پر دم کرکے بھائی کو پلا دیا کریں۔ انشاءاللہ بتدریج وہ اپنے نفسیاتی مسائل پر قابو پالیں گے۔

والدین کا احترام

میری عمر اٹھارہ برس ہے اور میں فرسٹ ائیر کا طالب علم ہوں۔ مجھے اکثر محرومی کا ایک ایسا احساس ہوتا ہے جسے میں کوئی نام نہیں دے سکتا۔ یوں لگتا ہے کہ میری کوئی حیثیت نہیں ہے۔ ہر شخص مجھ سے دور دور رہتا ہے اور مجھے نظر انداز کرتا ہے۔ والدین بھی مجھے غیر ذمہ دار سمجھتے ہیں اور میرا مذاق اڑاتے ہیں۔ لوگوں میں ممتاز مقام حاصل کرنے اور والدین کے اعتماد کو حاصل کرنے کے لیے کوئی طریقہ کار اور وظیفہ تجویز کریں۔ (جاوید ممتاز۔۔۔ڈیرہ غازی خان)

جواب: روزانہ نماز فجر کے بعد "یا وارث" تین سو بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ ان شاءاللہ جلد خیالات میں توازن پیدا ہو جائے گا۔

پریشانی یا سایہ

میری بیوی عرصہ سے خوف، پریشانی، ڈپریشن کی بیماری میں مبتلا ہے۔ پاکستان کا کوئی ڈاکٹر نہیں چھوڑا۔ سب مسکن دوائیاں دے دیتے ہیں۔ جب اثر ختم ہو جاتا ہے تو بیماری بدستور جاری ہوتی ہے۔ کچھ سیانے لوگ کہتے ہیں کہ اثرات ہیں۔ اس کا کوئی روحانی حل بتائیں۔ تقریباً ہر قسم کے ٹیسٹ سارے کروا چکا ہوں۔ پیسہ پانی کی طرح بہا چکا ہوں۔ (غلام بشیر نقوی۔ ٹیکسلا)

جواب: مریضہ کو دیکھ کر ہی کچھ فیصلہ کیا جا سکتا ہے کہ اسے کیا عارضہ ہے۔ کوشش کے باوجود میں اس نتیجے پر نہیں پہنچ سکا کہ مریضہ واقعی کسی سائے کے اثر میں ہے یا یہ بہت زیادہ حساسیت کا نتیجہ ہے۔ زیادہ تر تو یہ کیس لاشعور کے بے ترتیب ہونے کا ہے۔ بہر حال لاہور آئیں تو دفتر ماہنامہ عبقری سے میرا پتہ لے کر مجھ سے میرے اوقات کے دوران مل لیں۔

خواب یا حقیقت

گھریلو حالات اور میرے اپنے معاملات الجھ کر رہ گئے ہیں، گھر میں اختلافات کی وجہ سے لڑائی جھگڑے ہوتے رہتے ہیں۔ دشمن نقصان پہنچانے کے درپے ہیں اور سب لوگوں نے منہ موڑ لیا ہے۔ جہاں میری شادی کی بات چل رہی ہے، ان لوگوں نے پہلے خود ہی اصرار کیا اور اب حیلے بہانے بنا رہے ہیں۔ لڑکا راضی ہے لیکن وہ ابھی تک بیروزگار ہے۔ اپنے حالات پر کڑھتی اور روتی رہتی ہوں، روزانہ رات کو سونے سے پہلے دعا کرتی تھی کہ حضور اکرم ﷺ یا حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ کی زیارت ہو جائے تاکہ اپنے حالات ان سے عرض کر سکوں۔ بفضل الٰہی ایک رات حضرت شیخ عبدالقادر جیلانیؒ کی زیارت ایک جھلک کی صورت میں ہوئی اور انہوں نے مجھے ایک وظیفہ بتایا جو "**یا باقی**" ہے، اب یہ خیال آتا ہے کہ کیا میرا خواب حقیقت تھا یا صرف خیال .....کیا میں یہ وظیفہ پڑھ لوں۔ (حنا شیخ۔ راولپنڈی)

جواب: ذہن کو شک سے دور کرکے 40 دن "**یا باقی**" ایک تسبیح روزانہ نماز عشاء کے بعد پڑھ لیں اس کے علاوہ رات کو گھر کا کوئی فرد سورۃ کوثر 7 بار پڑھ کر گھر کے چاروں کونوں پر دم کر دیا کرے۔ 90 دنوں تک.....گھریلو اختلافات کو محض دشمنوں کی کاروائی نہ سمجھا جائے بلکہ گھر کے لوگ ایک جگہ بیٹھ کر سنجیدگی سے ایک نقطے اور ایک لائحہ عمل پر متفق ہونے کی کوشش کریں۔

انگوٹھیاں الماری سے غائب

ہم لوگ چاہتے ہیں کہ ہمارا بھائی اور اس کی بیوی ہنسی خوشی زندگی گزاریں اور اتفاق سے رہیں اور ماں کے ساتھ محبت سے رہیں۔ اگر کسی عمل یا بدنظر سے دونوں کی اب نہیں بنتی تو تحریر کر دیجئے کہ دونوں کس طرح اتفاق سے رہیں؟ کئی ایام سے میری منگنی والی اور میرے شوہر کی سونے کی انگوٹھی گم ہو گئی ہے۔ شوہر صاحب کی انگوٹھی میں ہیرا نصب تھا۔ مجھے یاد نہیں کہ ہماری یہ انگوٹھیاں کس طرح الماری سے غائب ہیں۔ کئی دفعہ خرچہ کی رقم سے پیسے کم ہو جاتے ہیں۔ حالانکہ میں اور میرا میاں ایک دوسرے کو بتائے بغیر کبھی فضول خرچی نہیں کرتے۔ سمجھ نہیں آتا ہمارے ساتھ ایسا کیوں ہو رہا ہے۔ گھر میں ہم کل چھ لوگ اکٹھے رہتے ہیں۔ (ارشد محمود۔ سیالکوٹ)

جواب: آپ کے لیے دعا کی ہے۔ امید واثق ہے آپ کے سب حالات ٹھیک ہو جائیں گے۔ دن رات کثرت سے درود شریف کا ورد کریں۔

کوئی رشتہ نہیں آتا

میری بہن کی عمر ۲۵ سال ہو گئی ہے۔ کوئی رشتہ نہیں آتا ہم نے سب تیاری مکمل کر لی ہے۔ میرے اور میری بہن کے رشتے کی بات چند مہینوں بعد ختم ہو جاتی ہے۔ کیا کسی نے جادو کر دیا ہے یا ہم کو وہم ہو گیا ہے؟ (محمد طارق۔ خوشاب)

جواب: آپ دونوں بہن بھائی کا رشتہ سفلی عمل سے باندھا گیا ہے۔ رشتے کھولنے کے لیے ذیل کا عمل کریں: ایک جگ میں پانی بھر کر شکر (یعنی دیسی شکر) سے میٹھا کریں اس پہ 41 بار سورۃ بروج (تیسواں سپارہ میں یہ سورۃ ہے) پڑھ کر دم کریں اور دونوں بہن بھائی اسی وقت پیٹ بھر کر شکر کا شربت پی لیں۔ شربت پینے کے بعد ٹہلیں اور درود شریف نماز والا 41-41 بار پڑھیں۔

نوٹ: یاد رکھیں، درود شریف باوضو حالت میں ٹہلتے ہوئے پڑھنا ہے۔

کاروبار میں نقصان

میں سیمنٹ کا کاروبار کرتا ہوں۔ اس سے پہلے بھی کافی کام کیے ہیں۔ لیکن بہت نقصان اٹھایا ہے۔ نقصان کی وجہ یہ ہے کہ دکان بہت کم چلتی ہے۔ بیٹیوں کا بوجھ سر پر ہے۔ خدا کے لیے کوئی وظیفہ عنایت فرمادیں تاکہ میرا کاروبار خوب چل جائے۔ (صابر حسین۔ لالہ موسیٰ)

جواب: ان شاءاللہ اس سال آپ اس منحوس دور سے نکل جائیں گے جو مدت سے آپ کو پریشان کر رہا ہے۔ آپ حسب ذیل وظیفہ کیا کریں۔ بعد نماز عشاء پڑھیں۔

(1) درود شریف نماز والا 21 بار (2) سورۃ الفاتحہ 21 بار (3) **فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللّٰهُ وَ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ** (سورۃ بقرہ، آیت نمبر 137) 313 بار (4) سورۃ الفاتحہ 21 بار (5) درود شریف 21 بار نماز والا۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل وکتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل وکتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل وکتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

دانت درد سے نجات کا آسان ٹوٹکا: لونگ کو باریک کرکے دانتوں کے اندر رکھ لیں۔ تھوڑی دیر کے اندر تکلیف دور ہو جائے گی۔

ہائی بلڈ پریشر اور جادو اثر دوا کا تحفہ

ایک ایسی زود اثر دوا کا تذکرہ جو بلڈ پریشر کے علاوہ اور بے شمار بیماریوں میں نفع مند ہے۔اعتماد سے آزما سکتے ہیں۔کیونکہ قدرتی جڑی بوٹیاں جہاں لاعلاج بیماریوں کا شافی علاج ہیں وہاں پرانے روگ اور پریشان کن جسمانی تکالیف میں نہایت سودمند ہیں

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

سرگودھا کے قریب پھاگنانوالہ کے نیک سیرت صاحب مجھے اکثر ملنے تشریف لاتے ہیں سفید ریش بزرگ اپنے نام کے ساتھ بلوچ لکھتے ہیں واقعی دلچسپ اور لاجواب طبیعت کے مالک ہیں۔ ان سے شناسائی کچھ اسطرح ہوئی ان کے میرے پاس خط آئے کہ میں آپ کے مضامین پڑھتا ہوں اور ان نسخہ جات کو تیار کر کے مریضوں کو دیتا ہوں اور مریض بہت جلدی صحت یاب ہوتے ہیں۔ بلوچ صاحب ایک دفعہ گولیاں بنا کر لائے اور کہنے لگے ہمارے علاقے میں ایک حکیم ہیں وہ ہائی بلڈ پریشر کی دوائی دیتے ہیں واقعی جادو اثر گولیاں ہیں۔صرف 2 منٹ میں یہ دوائی اثر کرتی ہے اور مریض شفایاب ہو جاتے ہیں۔ لیکن مجھے سرگودھا کے ان حکیم صاحب سے یہ گولیاں لانی پڑتی ہیں اور نسخہ کے بارے میں لاعلم ہوں۔ مزید کہنے لگے اگر آپ اپنے پیڈ پر تحریر لکھ دیں تو آپ کے تعلق اور تعارف کی وجہ سے وہ نسخہ لکھ دیں گے۔ میں نے رقعہ لکھ دیا واقعی حکیم صاحب نے مہربانی فرمائی اور نسخہ من وعن عنایت فرما دیا۔ اس سے قبل یہ نسخہ پیش کیا جائے اسکے ضمن میں کچھ واقعات پیش خدمت ہیں۔ یہ واقعات کہاں ملتے ہیں ان کے ماخوذ تین ہیں۔

(۱) جن مریضوں کو یہ ادویات استعمال کراتا ہوں وہ بالمشافہ اپنے فوائد بتاتے ہیں۔(۲) بلاکم وکاست میں اپنے نسخہ جات اور فارمولے دوسرے حکیموں، ڈاکٹروں کو کھلے دل سے بتاتا ہوں تاکہ افادہ عام ہو وہ پھر اس کے بے شمار تجربات بتاتے ہے۔(۳) مضامین میں نسخہ جات لکھتا ہوں تو ان مضامین کو پڑھنے کے بعد لوگ ادویات بناتے ہیں یا مجھ سے منگوالیتے ہیں اور پھر ان کے استعمال کے بعد اپنے رزلٹ تجربات اور مشاہدات بیان کرتے ہیں اور وہ تمام تجربات جو بالمشافہ ٹیلی فون یا موبائل کے ذریعے یا خطوط کے ذریعے ملتے ہیں وہ تمام آپ حضرات تک پہنچا دیتا ہوں۔ اللہ تعالیٰ کمی بیشی معاف فرمائے۔ سب سے پہلے جن حضرات نے مجھے یہ فارمولا اور تجربہ بتایا کچھ انکے واقعات پیش خدمت ہیں پھر اپنے واقعات تجربات اور مشاہدات عرض کروں گا۔ ان تجربات سے قبل عرض یہ ہے کہ آج کے اس پریشان دور میں فشارالدم قوی یعنی ہائی بلڈ پریشر بہت ہی زیادہ پھیلا ہوا اس کے اسباب دراصل پریشانی اور بے چینی کی زندگی ہے۔ اس مشینی دوڑ نے اوپر سے لے کر نیچے تک ہر شخص کو پریشان کر رکھا ہے۔ معاشی پریشانی نے جلتی پر تیل کا کام کیا ہے۔ پھر اس کے ساتھ ساتھ غذائی بدپرہیزی نے بھی اپنا کام خوب دکھایا۔ اس ضمن میں ایک واقعہ چشم دید آپ کی خدمت میں پیش ہے۔ گومل یونیورسٹی ڈیرہ اسماعیل خان کے وائس چانسلر ایک دو اور صاحبان کے ساتھ حکیم محمد سعید شہید کی خدمت میں پہنچے۔ حکیم صاحب حسب معمول مریض دیکھ رہے تھے۔ ان صاحب نے سوال کیا کہ حکیم صاحب یہ کس مرض کے مریض ہیں؟ حکیم محمد سعید شہید (ہمدرد والے) ٹھنڈی سانس بھر کر فرمانے لگے جتنے یہ مریض ہیں، جتنے پہلے تھے اور جو بعد میں آئیں گے وہ سب کھانے کے مریض ہیں یعنی بے وقت کھانے پر کھانا اور زیادہ کھانے سے یہ حال ہوا کہ ان کو بے شمار بیماریوں نے گھیر لیا اور طرح طرح کی رنگ برنگی ادویات سے انکا تعارف ہوا۔ مصنوعی غذائی زندگی نے دل اور معدہ کو متاثر کیا ہے۔ وہ کیا دور تھا کہ جب لوگ تازہ اور قدرتی غذا کھاتے تھے۔ پیدل چلتے تھے اسوقت کیا دل کے امراض اتنے تھے؟ بہر حال آپ سے چونکہ اس وقت ہائی بلڈ پریشر کے نسخے کے متعلق مشاہدات عرض کرنے ہیں۔ لیکن نسخہ کے ساتھ ساتھ پرہیز بھی لازم ہوتا ہے اور احتیاطیں بھی بہت ہوتی ہیں تو اس لیے انہی احتیاطوں کو ملحوظ رکھیں، دوائی میں فائدہ ہوگا۔ ایک مریض عمر 47 سال عرصہ دراز سے ہائی بلڈ پریشر میں مبتلا ہوئے پہلے تو علامات کا علم نہ ہوا لیکن پھر ایک دن ایک ڈاکٹر کو دکھایا تو پتہ چلا کہ ہائی بلڈ پریشر ہے اور انہوں نے پرہیز اور غذا کے ساتھ ہی دوا تجویز کر دی۔ دوائی کھانے سے افاقہ ہوا لیکن وقتی افاقہ ہوا۔ انہوں نے جو تجربہ بیان کیا وہ یہ ہے کہ اس دوائی کے بعد وقتی فائدہ تو ہوا کیونکہ دوا روز کھانی پڑتی تھی لیکن تین غلط اثرات بھی جسم پر پڑے۔ پہلا اثر یہ ہے اعصابی کمزوری، ڈھیلا ڈھیلا جسم، بے طاقتی اور بے قوتی پیدا ہوئی۔ دوسرا نقصان قوت خاص ختم ہو گئی اور تیسرا نقصان یہ ہوا کہ نسیان یعنی بھولنے کا مرض شروع ہوا۔ حاجی صاحب فرمانے لگے کہ میں نے یہ گولیاں بنائی ہوئی تھیں اس کو توجہ سے کھانے کی تاکید کی۔ صرف دو دن کے اندر بلڈ پریشر کنٹرول اور جسم نارمل ہو گیا۔ حالات بہتر اور جسم میں طاقت محسوس ہونا شروع ہو گئی۔ ویسے جس وقت بلڈ پریشر کا دورہ ہو تو اسوقت صرف دو گولیاں کمال دکھاتی ہیں۔ ایک سکول ماسٹر صاحب بچوں کو بہت مارتے تھے۔ کئی دفعہ ہیڈ ماسٹر نے ان کی سرزنش کی، سمجھایا، آج وہ دور گزر چکا ہے جب بچوں کو مارتے ہوئے والدین بھی خوش ہوتے تھے اور بچے بھی اسے اپنی ضرورت سمجھتے تھے۔ لیکن ماسٹر صاحب کو یہ بات سمجھ نہیں آتی تھی اور وہ جب غصے میں آتے تو انہیں کسی قسم کا ہوش نہیں رہتا تھا اور بے تحاشا بچوں کو مارتے تھے۔ بعض بچوں کی نکسیر پھوٹ جاتی اور بعض بچے زخمی ہو جاتے تھے۔ آخر کار ایک دن ایک بچے کے والد مجھ سے دوائی لینے آئے کہنے لگے مجھے لگتا ہے کہ ماسٹر صاحب کو ہائی بلڈ پریشر کا مرض ہے۔ مجھے اس لیے پتہ چلا کہ میرے بڑے بھائی صاحب کی حالت بھی ایسی تھی، آپ کی گولیوں سے انہیں افاقہ ہوا تھا۔ میں نے ان کی بات سن کر کہا کہ ماسٹر صاحب کو بلڈ پریشر ہے میں نے انہیں یہ گولیاں دیں اور صرف ایک ہفتہ کھانے کی تاکید کی۔ ماسٹر صاحب نے چند روز گولیاں کھا کر چھوڑ دیں اور پھر نہ کھائیں لیکن بچے کا والد بتانے لگا کہ ماسٹر کے بقول مریض بالکل تندرست ہو گیا ہے اور بچوں کی شامت بھی نہیں آتی۔ ہمارے گاؤں کا ایک غریب بیچارہ بوڑھا ہو گیا تھا۔ سانس کی تکلیف تھی ساری عمر محنت مزدوری کرتا رہا اب چلنے سے بھی معذور ہو گیا تھا۔ کئی جگہ حسب توفیق علاج معالجہ کیا لیکن فائدہ نہ ہوا۔ آخر کار ایک دن میرے پاس سانس کی دوائی لینے آیا کہ میں چل پھر نہیں سکتا مجھے دمہ ہے اور سانس پھول جاتا ہے میں نے جتنی بھی گرم دوائیں کھائی ہیں، بالکل فائدہ نہیں ہوا۔ میں نے اپنی توجہ اور تجربے کے مطابق تشخیص کیا کہ اس مریض کو دراصل بلڈ پریشر کی تکلیف ہے جس کی وجہ سے دل کمزور ہو گیا ہے اور اس لیے اس کا سانس پھولنا شروع ہو جاتا ہے۔ میں نے اسے بتایا نہیں کیونکہ اس کے دل میں یہی چیز پکی ہو چکی تھی کہ اسے دمہ ہے۔ اور وہ اب تک دمہ کا علاج کرتا رہا تھا لہٰذا میں نے اسے دوائی یعنی بلڈ پریشر کی گولیاں استعمال کرنے کے لیے دیں اور مصالحہ دار گرم تلی

ہوئی اور نمکین چکنائی والی غذائیں کھانے سے پرہیز بتایا۔ صرف پانچ یوم کے استعمال سے مریض نے بتایا کہ اب وہ حاجت کے لیے گھر سے تقریباً 8 ایکڑ دور چلا جاتا ہے پہلے اسے گھر کے صحن میں چلنا بھی دشوار تھا۔ میں نے اسے مزید دوائی کھانے کی تاکید کی۔ حاجی صاحب بتانے لگے کہ ہمارے گاؤں میں ایک شادی تھی، خوب شور شرابا اور کھانے پکے۔ ان کے ایک مہمان جو کہ عرصہ دراز سے ولایت (یہ لفظ حاجی صاحب نے استعمال کیا جب تحقیق کی تو پتہ چلا موصوف تقریباً گزشتہ 27 سال سے اوسلو ناروے) رہتے تھے۔ موسم کچھ گرم تھا اور پھر خاص طور پر شادی کا خوب مصالحہ دار چٹ پٹا کھانا انہیں کھانا پڑا۔ موصوف پہلے ہی سے شوگر، ہائی بلڈ پریشر کے مریض تھے اور اپنی ادویات ساتھ لائے تھے اور یہاں تین دن کے لیے تشریف لائے تھے۔ چونکہ قریبی پڑوسی تھے اس لیے وہاں تقریب میں میرا حاضر ہونا لازم تھا۔ حاجی صاحب کہنے لگے کہ میں نے اس ولایت والے مہمان کا پوچھا کہ وہ کہاں ہے؟ پتہ چلا کہ وہ بیمار ہو گئے ہیں اور آرام کر رہے ہیں۔ میں تقریب کے بعد میں ان سے ملا۔ مجھے ملے بڑی محبت سے حال احوال پوچھا تو پتہ چلا کہ موصوف ہائی بلڈ پریشر کے پرانے مریض تھے۔ یہاں چونکہ مہمان تھے اور شرماشرمی میں جو غذا اور کھانا ملتا وہ کھانا پڑا جس کی وجہ سے ان کی طبیعت خراب ہوئی۔ انہوں نے اپنے ساتھ ادویات رکھی ہوئی تھیں۔ وہ استعمال کیں فائدہ نہ ہوا، پھر اس دوا کی مقدار بڑھائی لیکن فائدہ نہ ہوا۔ کچھ دیر کے بعد مشورہ یہی ہوا کہ ان کو واپس لاہور بھجوانا ہے اور کسی ڈاکٹر سے چیک اپ کرانا ہے۔ میں نے ان سے عرض کیا کہ آپ بڑے لوگ ہیں، میں ایک عام سا آدمی ہوں کوئی مستند حکیم بھی نہیں ہوں۔ اگر ایک دوائی آپ کو دوں اور ہر 3 گھنٹے کے بعد آپ دو دو گولیاں عام پانی کے ساتھ لیں۔ اگر صبح تک آپ تندرست ہو جائیں تو شادی گزار کر جائیں ورنہ آپ ضرور چلے جائیں۔ پہلے وہ صاحب کچھ ہچکچائے کہ شاید کوئی کشتہ یا زہر ملی دوائی تو اس میں ملی ہوئی نہیں۔ میں نے انہیں یقین دلوایا کہ اس میں کسی بھی قسم کے ایسے کوئی اجزا نہیں ہیں۔ میں نے دو گولیاں اپنے سامنے کھلا دیں اور مزید گولیاں تین گھنٹے کے بعد پانی سے ضرور استعمال کی تاکید کر کے آ گیا۔ صبح کی نماز پڑھ کر انکی طبیعت پوچھنے چلا گیا۔ اہل خانہ نے بتایا کہ مہمان رات بھر آرام سے سوئے تھے اور صبح ابھی تک بھی نہیں جاگے۔ جبکہ گزشتہ رات ایسا نہیں ہوا تھا تمام رات بے چین رہے تھے۔ میں نے عرض کیا کہ جب جاگیں تو میرا سلام عرض کرنا۔ تقریباً دن کے دس بجے کے قریب انکا آدمی مجھے بلانے آیا۔ میں گیا تو وہ مہمان بڑی خوشی سے ملے اور محبت سے اٹھ کر استقبال کیا اور حیران ہوئے کہ وہ دوا کیا تھی؟ بتانے لگے کہ میں نے صرف 3 خوراکیں کھائی تھی کہ طبیعت بہتر ہو گئی اور ایک خوراک ابھی صبح کھائی ہے۔ باقی گولیاں محفوظ ہیں۔ مہمان کہنے لگے کہ رات بھر بڑی چین کی نیند آئی اور ایسی نیند مجھے گزشتہ گیارہ سال کے بعد نصیب ہوئی ہے۔ میں حیران ہوں کہ رات بھر ہلکی سی بھی پریشانی نہیں ہوئی اور دماغ بالکل پرسکون، جسم ہلکا ہلکا سا طبیعت پر سکون ہے اور میں نے اپنا بلڈ پریشر چیک کیا ہے۔ بالکل نارمل ایسا نارمل بلڈ پریشر تو کبھی میری قیمتی یورپ کی ادویات سے بھی نہیں ہوا تھا۔ بہر حال وہ بہت متاثر ہوئے اور خواہش کا اظہار کیا کہ اگر یہ گولیاں مزید بنی ہوئی ہوں تو مجھے دیں۔ میں نے کچھ دنوں تک واپس یورپ جانا ہے۔ چاہتا ہوں کہ یہ اکسیری دوائی ساتھ ہو۔ بہر حال میں نے انہیں اچھی خاصی تعداد میں گولیاں دیں اور ان سے مناسب قیمت لے لی۔ بات ختم ہو گئی۔ ڈیڑھ ماہ بعد ان کا ٹیلی فون آیا کہ میں جس ملک میں رہتا ہوں یہاں مریضوں کی تعداد زیادہ ہے۔ ہر طرف ٹینشن اور بے چینی ہے۔ نفسیاتی امراض کے مریض ہی مریض ہیں۔ بے چینی نے برا حال کر رکھا ہے۔ بلڈ پریشر نے انہیں قیمتی ادویات کھانے پر مجبور کر رکھا ہے۔ الغرض اگر آپ کچھ زیادہ مقدار میں یہ گولیاں بنا کر بھیجیں اور میں اپنے رشتہ دار کے ذریعے رقم بھیج دوں گا۔ میں نے گولیاں بنا کر بھیجیں اور پھر کچھ عرصہ بعد انہوں ٹیلی فون کیا اور مریضوں پر اس دوائی کے اثرات بڑی وضاحت سے بیان کیے۔ مجھے خوشی بھی ہوئی اور تسلی بھی ہوئی کہ واقعی دوائی جہاں میرے ملک میں لاجواب اثرات ڈالتی ہے وہاں دیار غیر میں بھی اس کی طاقت مانی ہوئی ہے۔ یوں ابھی تک بھی میں انہیں گولیاں بھیج رہا ہوں۔ قارئین: مذکورہ تجربات آپ کی خدمت میں عرض کیے ہیں۔ ایک اور صاحب کے اب کچھ مزید تجربات آپ کی خدمت میں پیش ہیں۔ پھر بعد میں میں اپنے ذاتی تجربات بیان کروں گا جو واقعی حیرت انگیز ہیں۔ ان تجربات کے ساتھ ساتھ اس دوائی کے وسیع تجربات مجھے حکیم احمد سعید سلیمانی (سلیمان دواخانہ جہانیاں ضلع خانیوال) جو مشہور حکیم حضرت مولانا محمد عبداللہ صاحب جہانیاں والے کے فرزند اور نہایت ہی مخلص اور مرنجاں مرنج ہستی ہیں، ان شاء اللہ ان کے مشاہدات بھی قارئین کو عرض کروں گا۔

چار چیزیں

حضرت موسیٰ علیہ السلام نے اللہ تعالیٰ سے عرض کی اے پروردگار کیا اچھا ہوتا چار چیزیں ہوتیں اور چار نہ ہوتیں اللہ تعالیٰ نے فرمایا کون کون سی۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام نے فرمایا:

1) زندگی ہوتی.........موت نہ ہوتی
2) دولت ہوتی.........تنگدستی نہ ہوتی
3) جنت ہوتی.........دوزخ نہ ہوتی
4) صحت ہوتی.........بیماری نہ ہوتی

غیب سے آواز آئی

1) اگر زندگی ہوتی اور موت نہ ہوتی تو میرا دیدار نہ ہوتا
2) اگر دولت ہوتی اور تنگدستی نہ ہوتی تو میرا شکر کون ادا کرتا
3) اگر جنت ہوتی اور دوزخ نہ ہوتی تو میرے عذاب سے کون ڈرتا (4) اگر صحت ہوتی اور بیماری نہ ہوتی تو مجھے کون یاد کرتا

(مرسلہ: محمد عاصم نذیر۔ فیصل آباد)

صادق آباد سے آگے ایک جگہ ہے سنجر پور، چھوٹا سا قصبہ ہے۔ اس کے قریب بڑے زمیندار جھکرانی قبیلے کے ہیں۔ وہ زمیندار دراصل جھل مگسی بلوچستان کے رہنے والے ہیں۔ ان کی زمینیں یہاں بھی ہیں۔ پتہ چلا کہ وہ ایک دوائی دیتے ہیں جو الرجی ہائی بلڈ پریشر اور مثانے کی گرمی کے مریض اکثر استعمال کرتے ہیں۔ چند خوراکیں دیتے ہیں، بالکل مفت۔ کسی سے رقم نہیں لیتے تھے لیکن دوائی کی چند خوراکیں دیتے تھے اور مریض بفضل تعالیٰ تندرست ہو جاتے تھے۔ کئی لوگوں نے ان سے نسخہ طلب کرنے کی کوشش کی مگر ناکام رہے اور انہوں نے کسی کو نسخہ نہ دیا۔ یہ واقعہ مجھے سنجر پور کے ایک حکیم صاحب نے سنایا۔ میں انہیں کی زبانی آپ تک تمام باتیں پہنچا رہا ہوں۔ میں ایک دن وہاں پہنچا، لوگوں کا میلہ لگا ہوا تھا۔ لاہور، ملتان، کراچی، پشاور، دور کے لوگ اور قریب کے لوگ وہاں ملے اور ہر شخص نے ہی بتایا کہ وہ پہلی دفعہ آیا ہے اور اس سے قبل کوئی انکا عزیز یا دوست دوائی لے گیا تھا، اسے فائدہ ہوا اس لیے یہ آئے ہیں۔ پھر کچھ لوگ دوسری، تیسری دفعہ بھی آئے تھے اور مزید دوائی کی طلب میں تھے۔ صبح سے دوپہر تک مریضوں کو دوائی ملتی رہی اور ہر مریض کو سردار صاحب خود دوائی دے رہے تھے اور ساتھ ساتھ کہہ رہے تھے کہ یہ نسخہ بہت محنت اور قیمت سے بنایا ہے۔ دوائی قیمتی ہے لہٰذا ضائع نہ کرنا اور لوگ بڑے خلوص سے دعائیں دے

رزق میں فراوانی کے لیے

مقبول عام ماہنامہ عبقری کی اشاعت فروری 2008 میں صفحہ نمبر 6 پر اللہ تعالیٰ کے صفاتی نام ''الـــرزاق'' کے خواص بیان ہوئے ہیں۔ چند بزرگوں نے اپنی تصانیف میں یوں بیان کیا ہے: ۔ نماز فجر کی دو رکعت سنت ادا کر کے کھڑے ہو کر رخ بہ قبلہ دس بار ''الـــرزاق'' پڑھیں اور دائیں جانب پھونک ماریں۔ پھر اسی طرح دس بار پڑھ کر پشت کی طرف منہ کر کے پھونک ماریں۔ اب سیدھے ہو کر دس بار پڑھ کر بائیں جانب پھونک ماریں۔ پھر آخر میں دس بار'' الوزاق'' پڑھ کر سیدھا ہی قبلہ کی جانب پھونک ماریں۔ یہ چالیس بار ہو۔ بعد ازاں فرض نماز پوری کریں اس عمل سے غیب سے اللہ پاک رزق میں فراوانی فرمائیں گے۔

(مرسلہ: محمد منیر قریشی۔ اعوان ٹاؤن لاہور)

رہے تھے۔ میں آخر میں حاضر ہوا اور اپنا تعارف کرایا انہوں نے میرا اکرام کیا۔ وجہ آمد پوچھی تو میں نے عرض کیا کہ نسخہ چاہیے کہنے لگے یہ تو ناممکن ہے میں نے بہت کوشش کی لیکن نہ مانے۔ آخر نامراد ہو کر واپس ہوا مگر مایوس نہ ہوا بلکہ اس فکر میں رہا۔ سوچتے سوچتے ایک ترکیب سوجھی وہ یہ کہ میں نے ایک دفعہ سنا کہ جتنا بھی سخت سے سخت آدمی ہو اگر روزانہ سورۃ یٰسین شریف 7 بار پڑھ کر اسکی روح کو ہدیہ کریں اور پھر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں تو زیادہ سے زیادہ 21 یوم میں اللہ تعالیٰ اس سورۃ کی برکت سے مسئلہ حل کر دے گا۔ لہٰذا میں نے ایسا ہی کیا اور سورۃ پڑھنا شروع کر دی اور 21 یوم سورۃ پوری کی یعنی روزانہ سات بار پڑھی اور اس سردار کی روح کو ہدیہ کیا اور پھر اللہ تعالیٰ سے دُعا کی۔ الغرض کرتے کرتے ایک دفعہ میں پھر انکے ڈیرے پر گیا اور آخر میں پھر ملا۔ انہوں نے پہلے سے زیادہ محبت کی۔ مجھے چائے بسکٹ وغیرہ پیش کیے اور وجہ آمد سے قبل ہی کاغذ قلم اٹھا کر وہ نسخہ لکھ دیا اور بتایا کہ میں کچھ دنوں سے آپ کے انتظار میں تھا کہ کسی طرح آپ تشریف لائیں اور آپ کو دوائی یعنی نسخہ لکھ کر دوں۔ میری خوشی کی انتہا نہ رہی اور میں ان کا شکرگزار ہوا۔ پھر میں نے یہ نسخہ خود بنایا اور مجھے تو خود اس مرض کی تکلیف تھی اور میں نے خود استعمال کرنا شروع کر دیا۔ واقعی مجھے فائدہ ہوا اور میری ڈاکٹری ادویات ختم ہو گئیں۔ پھر میں نے اپنے روزمرہ کے مریضوں کو دینا شروع کر دیا۔ واقعی مجھے مندرجہ ذیل امراض میں بہت بہترین رزلٹ ملے۔ ہائی بلڈ پریشر کے پرانے اور لاعلاج مریض، الرجی کے مریض، زکاوت حس اور مثانہ کی گرمی اور حدت کے مریض بھی بہت تیزی سے صحت یاب ہوئے۔ ایک نوجوان عمر تقریباً 23 سال میرے پاس آیا کہ اسے روزانہ رات کو حالت نیند میں ناپاکی ہو جاتی ہے۔ اور بعض اوقات کو رات کو کئی کئی بار ایسا ہوتا ہے۔ میں نے اسے یہی گولیاں دیں اور تاکید کی کہ مصالحہ دار تلی ہوئی اور گرم چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ کچھ دنوں کے استعمال سے مریض صحت یاب ہو گیا بلکہ نوجوانوں کے ایسے امراض جو کہ جوانی میں نمود پذیر ہوتے ہیں جن کا تذکرہ میں تفصیل سے نہیں کر سکتا اس دوائی سے جتنا جلدی درست ہوتے دیکھے، بے شمار نسخے استعمال کرانے کے باوجود بھی کبھی اتنا جلدی کسی نسخے کا اثر نہیں دیکھا۔ مثانہ کی گرمی جریان وغیرہ اور دیگر امراض میں نہایت اکسیر پایا ہے۔ ایسے الرجی کے مریض جو ہر وقت دوائی جیب میں رکھتے تھے انہوں نے اس دوائی کی بہت تعریف کی ہے اور چند دنوں کے استعمال سے ہمیشہ کے لیے الرجی سے نجات پائی ہے۔ جب بھی میں نے اس نسخہ کو ہائی بلڈ پریشر کے مریضوں کو استعمال کرایا ہے تو ہائی بلڈ پریشر کے مریضوں نے مجھے بہترین رزلٹ دیئے۔ ایک خاتون جسم اچھا خاصا موٹاپے کی طرف مائل اور جسم پر چربی چڑھی ہوئی حتیٰ کہ گھر میں بھی بمشکل چل پھر سکتی تھی۔ بلڈ پریشر کی شکایت ساتھ یہ بھی شکایت کہ غصہ بہت زیادہ اور جلدی آتا ہے میں نے انہیں یہی دوائی استعمال کرائی اور کچھ غذائی پرہیز عرض کیے۔ آپ یقین جانیے اب وہ خاتون گھر کی سیڑھیاں حتیٰ کہ تیسری منزل تک پہنچ جاتی ہے۔ میرے تجربات میں یہ نسخہ ایسے مریضوں میں بہت مفید ثابت ہوا ہے جو پرانے ہائی بلڈ پریشر میں مبتلا ہوئے عرصہ دراز سے ادویات استعمال کر رہے ہیں۔ نئے مریضوں کو چٹکی میں فائدہ دیتا ہے (ان شاء اللہ تعالیٰ)۔ میرے ایک رشتہ دار کی بیوی کی کوزچگی کے سلسلے میں رحیم یار خان کے بڑے ہسپتال لے جانا پڑا۔ میں بھی ان کے ساتھ گیا۔ ہم باہر بیٹھے تھے۔ مریضوں کے تیماردار بھی باہر پلاٹ میں گھاس پر بیٹھے تھے۔ اسی دوران علاج معالجے کا تذکرہ چلا۔ سامنے گلاب کے پودے لگے ہوئے تھے۔ ایک صاحب تیمارداروں میں سے تھے، کہنے لگے جو گلاب کے پھولوں کو سونگھے اس کا بلڈ پریشر نارمل رہتا ہے۔ وہ دراصل ایک ڈسپنسر تھے اور دیہات میں پریکٹس کرتے تھے۔ بتانے لگے میں گلاب کے پھول اور چھوٹی چندن ہموزن کوٹ کر مریضوں کو دیتا ہوں۔ ہائی بلڈ پریشر کے مریض تندرست ہو جاتے ہیں۔ میں نے کہا کہ اگر آپ اس نسخہ میں چند اجزاء اور شامل کر لیں تو یقیناً بہت فائدہ ہو گا۔ پھر میں نے اپنا تعارف کرایا اور اپنے وسیع سالہا سال کے تجربات اس نسخہ کے متعلق بیان کیے۔ انہوں نے سگریٹ کی ڈبی کے کاغذ پر وہ اجزاء لکھ لیے۔ اسی دوران وہاں ایک صاحب بیٹھے تھے جو بہت عرصہ سعودی عرب دمام میں رہے ہیں اور 17 سال کا عرصہ وہاں گزرا۔ وہ چونکے اور کہنے لگے کہ سعودی عرب میں صرف ایک حکیم کو حکمت کا لائسنس ہے اور وہ مکہ مکرمہ میں حکیم معراج الحسن صاحب ہیں۔ سعودی لوگ اور بڑے بڑے شیخ ان پر بہت بھروسہ کر تے ہیں اور ان سے دوائی لیتے ہیں۔ میرے کفیل کو شوگر، بلڈ پریشر اور کئی امراض تھے۔ تو میرے کفیل کو حکیم صاحب نے ایک نسخہ لکھ کر دیا تھا اسمیں بھی ایسے ہی اجزاء تھے کیونکہ میں ہی جا کر یعنی پنساری سے لاتا تھا پھر اس نے اس نسخہ کے چند اجزاء کی نشانیاں بتائیں۔ پھر خود ہی بتانے لگا کہ میرا کفیل یہ نسخہ بناتا تھا اس نے صرف 3 بار ہی بنایا تھا کہ وہ تندرست ہو گیا اور میں نے خود اسے دیکھا ورنہ حکمت اور طب سے میرا کوئی تعلق نہیں۔ قارئین: میں نے اپنے وسیع تجربات کی بنیاد پر ایک جامع نسخہ ترتیب دیا تھا جس کے فوائد آپ پڑھ سکتے ہیں اور مزید مطالعہ کریں گے۔ چونکہ مریضوں کی اکثریت بلکہ تمام مریض ایلوپیتھی ادویات کھا کھا کر انکے عادی بن چکے ہیں اور وہ ہائی پوٹنسی یعنی آخری طاقت کی ادویات ہوتی ہیں۔ تو اس کا بدل طب میں جواہرات اور موتی، عنبر اور کستوری ہے اگر یہ اجزاء شامل نہ کیے جائیں تو نسخہ تیار ہو جاتا ہے اور فائدہ بھی دیتا ہے لیکن جو کمال ان اجزاء کو شامل

آواز کھولنے کے لیے: پرانے جو لیں اور ان کو بھون لیں۔ دو تولہ کی مقدار میں یہ چند بار کھائیں۔ آپ حیران رہ جائیں گے کہ آپ کی بیٹھی ہوئی آواز کھل جائے گی۔

کر کے بنتے ہیں اور نسخہ کو فوائد اور کرشمات میں باکمال بناتے ہیں، وہ بیان سے باہر ہیں۔ جو نسخہ میں نے مرتب کیا اور پھر عرصہ دراز سے خود اور دیگر ڈاکٹر حکیم بھروسے سے اسی نسخے کو استعمال کرا رہے ہیں وہ آپ کی خدمت میں پیش کرتا ہے لیکن عرض ہے کہ اس نسخہ کے اجزاء تبدیل نہ کریں اور نہ ہی اس میں کوئی اپنی طرف سے یا کسی بھی بتانے والے کی طرف سے کوئی ادویات شامل کریں۔ بلکہ مستقل مزاجی سے اس نسخہ کو استعمال کریں۔ قارئین: اب میں جس نسخہ کو بیان کر رہا ہوں اسمیں ادویات تازہ اور اصلی ہوں۔ خاص طور پر صندل سفید کی لکڑی کا برادہ اصلی ہو۔ کیونکہ میری زندگی ان دو نسخہ جات پر گزری ہے اور ادویات بناتے بناتے تجربات ہوئے ہیں۔ اس لیے اگر اجزاء غیر خالص ہوں تو نسخہ کے وہ فوائد نہیں ہوتے، جو مطلوب ہیں۔ بہر حال یہ نسخہ لاجواب اور اکسیر ہے۔ جس جس نے بھی استعمال کیا اسی نے اسے مفید پایا۔

ھوالشافی: گل سرخ ایرانی اصلی، اسرول یا چھوٹی چندن، گوند کیکر۔ کشنیز خشک۔ صندل سفید اصلی۔ تخم کاہو مقشر، دانہ الائچی خورد، ہر ایک 50 گرام نہایت باریک کوٹ پیس کر ارجن کی چھال کے پانی میں گولیاں بقدر چنے کے برابر بنائیں۔ مقدار خوراک 2 گولی دن میں 4 بار۔ اگر مرض کم ہو تو 2 گولی دن میں تین بار ورنہ 2 گولی صبح و شام بھی پانی کے ہمراہ کھانے سے ایک گھنٹہ قبل یا دو گھنٹے بعد استعمال کریں۔ اسی دوران اگر مجبوری ہو تو ڈاکٹری ادویات استعمال کریں ورنہ ضرورت نہیں پڑے گی۔ مصالحہ دار تلی ہوئی گرم چیزوں سے پرہیز۔ مذکورہ نسخہ میں ارجن کا ذکر آیا ہے یہ ایک درخت ہے اور نہایت مشہور ہے۔ اکثر باغات، سڑکوں کے کنارے بکثرت مل جاتا ہے۔ کسی مالی سے پوچھنے پر اسکا پتہ مل جائے گا۔ میرے تجربے کے مطابق اگر ہم اس نسخہ میں جو اہرات نہ ڈالیں تو پھر نسخہ نہایت سستا بن سکتا ہے اور ایک ڈبی مزدوری بمعہ لاگت وغیرہ تقریباً سو روپے کی بن جائے گی۔ ویسے بھی میں اپنے ہاں جب بھی بناتا ہوں تو اسمیں جواھرات، موتی، عنبر، کستوری وغیرہ نہیں ڈالتا۔ اگر کوئی تقاضہ کرتا ہے تو ڈال دیتا ہوں ورنہ یہ نسخہ اسی طرح نہایت مفید موثر اور فائدہ مند ہے۔ ہائی بلڈ پریشر کی دوا فشاری کی تحریر چل ہی رہی تھی اور اسکی افادیت میرے تجربات کے لحاظ سے اور قارئین کے تجربات کے لحاظ سے ظاہر ہو رہی تھی۔ اس دوران ایک واقعہ ہوا۔ وہ اس طرح کہ ایک مریض لالہ موسیٰ سے دوائی لے کر گیا موصوف کی شکایت یہ تھی کہ وہ دردسر میں مبتلا تھا اور دردسر کی گولیاں کھا کھا کر گزارہ کر رہا تھا۔ وقتی طور پر دردسر درست ہو جاتا تھا لیکن پھر اسی طرح زندگی کے شب و روز گزر رہے تھے۔ آخر کسی نے مشورہ دیا کہ آپ بلڈ پریشر چیک کرائیں حالانکہ اس کا ذہن بھی اس طرف نہیں تھا کہ میں بھی بلڈ پریشر کا مریض بن سکتا ہوں۔ بہر حال میں نے بلڈ پریشر چیک کرایا تو واقعی بلڈ پریشر زیادہ نکلا۔ پھر ڈاکٹر نے دوائیاں کھانے کی ترغیب دی اور کچھ پرہیز بتائے۔ مریض کا کہنا یہ تھا کہ میں نے آج تک پرہیز نہیں کیا۔ ہر چیز کو اللہ تعالیٰ کی نعمت سمجھ کر کھا جاتا تھا اور خوب کھاتا تھا۔ اسطرح سلسلہ چلتا رہا اور میں پرہیز اور ادویات سے زندگی کے شب و روز گزارتا رہا۔ ایک دن میرے سر میں شدید درد تھا اور میری ہائے ہائے نکل رہی تھی اور اب ڈاکٹری گولیوں نے بھی اثر کرنا چھوڑ دیا تھا۔ اسی دوران ایک صاحب نے مجھے یہ گولیاں استعمال کرنے کے لیے دیں جنہیں میں نے 2 گولی صبح، دوپہر، شام اور رات یعنی دن میں 4 بار یہ گولیاں استعمال کیں۔ مجھے وقتی طور پر افاقہ ہوا لیکن کچھ دن کے بعد پھر وہی تکلیف شروع ہوگئی۔ پریشانی سے آنکھیں نہیں کھلتی تھیں۔ بہر حال یہی گولیاں فشاری کھائیں تو فائدہ ہوگیا۔ ایک دن کے بعد پھر نہیں کھائیں۔ کچھ دن افاقہ ہوگیا لیکن کچھ دنوں کے بعد پھر یہ تکلیف شروع ہوگئی۔ جس شخص نے مجھے یہ گولیاں دیں تھی اس سے میں نے شکوہ کیا کہ آخر ان گولیوں سے مکمل فائدہ کیوں نہیں ہو جاتا تو موصوف نے میری تمام حالت پوچھنے کے بعد بتایا کہ دراصل میں دوائی استعمال تو کرتا ہوں لیکن صرف ایک دن اور پھر ایک دن کے بعد چھوڑ دیتا ہوں انہوں نے دوائی کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے کو کہا۔ بہر حال میں نے دوائی مستقل مزاجی سے شروع کر دی ایک ماہ دوائی استعمال کرنے کے بعد میرا دردسر مکمل ختم ہوگیا اور اب میں یہ دوائی کبھی کبھی لیتا ہوں۔ میں مریض کی باتیں سن رہا تھا اور محسوس کر رہا تھا کہ کتنا فرق ہے تشخیص اور تجویز کا۔ کئی مریض علاج معالجے کے سلسلے میں آتے ہیں لیکن شفاء یابی نہیں ہوتی تو جب ان کا مرض تشخیص کیا جاتا ہے تو محسوس ہوتا ہے کہ اب تک مکمل علاج اس لیے نہیں ہو سکا کہ تشخیص مرض ہی نہیں ہوئی تھی۔ اسی ضمن میں مشاہدات کی زندگی میں ایک واقعہ یاد آیا ایک مریض اپنے منہ کے چھالوں کی وجہ سے بہت پریشان تھا۔ سپشلسٹ ڈاکٹروں کو چیک اپ کرا چکا تھا لیکن افاقہ نہ ہوا۔ آخر کار ایک ڈاکٹر نے تو

ضعفِ بصارت اور ضعفِ دماغ کے لیے

شیخ الاسلام والمسلمین حضرت مولانا سید حسین احمد مدنیؒ اپنے شاگردوں کو جو ضعفِ دماغ اور ضعفِ بصارت کا شکار تھے مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کراتے تھے۔ پہلی رات بادام کی ایک گری پانی میں بھگو کر صبح نہار منہ استعمال کرانا۔ دوسری رات 2 حتیٰ کہ 41 ویں رات 41 گریاں۔ پھر اسی طرح ایک ایک گری کم کر کے دوبارہ ایک گری تک آجانا۔ اسی طرح اس 81 روزہ کورس سے نظر بھی ٹھیک ہو جاتی ہے اور حافظہ بھی قوی ہو جاتا تھا۔ (مرسلہ: محمد امجد شاہ۔ سرگودھا)

خدشہ ظاہر کیا کہ کہیں یہ کینسر کی شکل اختیار نہ کر جائیں۔ بہر حال مریض پریشان میرے پاس آیا دوران گفتگو مریض نے بتایا کہ گزشتہ کئی سال سے میرے منہ میں چھالے ہیں اور ان چھالوں کی وجہ سے کھانا پینا بھی محال ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹری، ہومیو، یونانی علاج بہت کرائے۔ اسپغول کا چھلکا بہت استعمال کیا، ٹھنڈی غذائیں، سبزیاں اور دودھ، دہی، لسی بھی بہت استعمال کی لیکن فائدہ نہ ہوا۔ جب اس کی نبض دیکھی تو محسوس ہوا کہ نبض ممتلی ہے اور اس کی تکلیف امتلاء بلغم اور رطوبات کی زیادتی سے ہے۔ بندہ نے اس کا علاج یہ کیا کہ ایسی ادویات استعمال کرائی کہ جس سے بلغم کا امتلاء ختم ہوں۔ قارئین! آپ یقین کریں کہ مریض تندرست ہو گیا۔ کیونکہ میں نے انہیں دودھ، دہی، چھلکا اسپغول زیادہ ٹھنڈی چیزیں کھانے سے مکمل منع کر دیا تھا اور مریض کی تشخیص مکمل ہونے کی وجہ سے مریض تندرست ہوگیا۔ اصل مسئلہ تشخیص مرض ہے۔ مریض سالہا سال علاج کراتے رہتے ہے لیکن بیچارے اس مرض میں مبتلا تو رہتے ہی ہیں لیکن ساتھ ہی دوسرے بھی شروع ہو جاتے ہے۔ ایک ہائی بلڈ پریشر کا مریض ملا کہنے لگا کہ بہت ہی زیادہ ادویات کھا کھا کر معدے کا السر شروع ہوگیا ہے۔ جب سے فشاری کا نسخہ پڑھا اور اسے استعمال کرنا شروع کیا اس سے مجھے فائدہ ہوا کہ معدے کا السر بھی ختم ہوگیا اور ہائی بلڈ پریشر کا مسئلہ بھی اللہ تعالیٰ کے حکم سے حل ہوگیا۔ قارئین: فشاری گولیاں جس کا نسخہ آپ نے ملاحظہ فرمایا ہی لیا ہوگا، بلڈ پریشر کے علاوہ مندرجہ ذیل امراض کے لیے بھی بے شمار مریضوں پر بھی آزمایا ہے۔ بے خوابی اور ایسی نیند جس میں دماغ تو جاگ رہا اور جسم بظاہر سو رہا ہو اور مریض جب اٹھے تو تھکا تھکا جسم ٹوٹا ٹوٹا ایسے محسوس ہو کہ نیند آئی ہی نہیں۔ یہ آدمی

ساری رات جاگتا رہا ہو۔ ایسے لوگوں کی خواہش ہوتی ہے کہ انہیں کوئی دبائے سارا جسم بالکل ٹوٹ رہا ہوتا ہے۔ اگر ایسے حضرات مستقل مزاجی سے فشاری استعمال کریں تو کچھ ہی عرصے کے بعد نیند پُرسکون، جسم پُرسکون اور طبیعت میں چستی اور نشاط پیدا ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ مریضوں نے خود بتایا کہ انہوں نے فشاری یعنی بلڈ پریشر کی دوائی کے استعمال کے بعد خواب آور ادویات کھانا چھوڑ دی ہیں اور بلکہ ایسے لوگ جو خواب آور ادویات کے عادی تھے، انہوں نے بھی اس کے بہترین نتائج دیئے ہیں۔ ایسے لوگ جو اس بات کی شکایت کرتے ہیں کہ ان کے ہاتھ پاؤں جلتے ہیں بلکہ ہاتھوں اور پاؤں سے آگ نکلتی ہے۔ وہ صبح سویرے نمدار گھاس پر بھی چلتے ہیں لیکن پاؤں کی جلن وقتی طور پر ختم ہو کر پھر شروع ہو جاتی ہے۔ کئی لوگوں کے بتانے پر انہوں نے طرح طرح کی ٹھنڈی ادویات استعمال کی بلکہ گرم مصالحے دار چیزوں کو بالکل چھوڑ دیا لیکن وقتی فائدہ ہوا۔ بعض کو وقتی فائدہ بھی نہ ہوا۔ ایسے لوگوں کو جب فشاری استعمال کرنے کا مشورہ دیا، انہیں حیرت انگیز فائدہ شروع ہوا اور وہ بالکل تندرست ہوئے۔ کئی لوگ تو اپنی اس بیماری کے ہاتھوں اتنے عاجز تھے کہ بند جوتا بھی نہیں پہن سکتے تھے حتیٰ کہ سردی کے موسم میں بھی ان کے لیے بند جوتا پہننا وبال جان اور پریشانی تھی۔ لیکن جب ان لوگوں نے فشاری کا باقاعدہ استعمال کیا تو رفتہ رفتہ یہ مرض کم اور ختم ہو گیا۔ ایسے لوگوں نے بھی اس سے یہ فائدہ حاصل کیا جن کے جگر و مثانے میں گرمی تھی۔ بے شمار سیرپ گولیاں اور معجون اور مشروبات استعمال کر چکے تھے لیکن فائدہ نہیں ہوا تھا۔ پیشاب جل کر اور ہلدی کی طرح پیلا آتا، لیکن فشاری کا استعمال انہیں تمام ادویات سے بے پرواہ کر گیا اور انہوں نے دوائی سے مرض کو دور کیا۔ ایسے جوان جو مستقل پیشاب کے امراض، جگر، مثانے کی گرمی، اور اس گرمی کی وجہ سے دیگر تمام اعوارضات جن کی وضاحت ان صفحات میں مناسب نہیں، جب انہوں نے مستقل یہ دوا استعمال کی تو نہ صرف زندگی اور راحت کا گوشہ انہیں میسر آیا بلکہ اکثر نے یہ بتایا کہ یہ مختصر اور سستی دوائی بڑی بڑی ادویات پر بھاری ہے۔ معدے کی تیزابیت، معدے کا السر اور معدے کی آنتوں کا زخم، جن مریضوں کو تھے انہوں نے نہایت اطمینان سے یہ گولیاں استعمال کی۔ ایک صاحب ہاتھ میں بیگ لیے میرے پاس علاج کے لیے تشریف لائے اور کہنے لگے مجھے معدے کا السر اور آنتوں کا زخم ہے۔ بیگ میں رپورٹوں کا ایک پورا بنڈل اور گولیوں کا شمار نہیں تھا۔ وہ بتانے لگے کہ میرا گزارا صرف ان گولیوں اور ادویات پر ہوتا ہے۔ ادویات کھا کھا کر میں نفسیاتی مریض بن گیا ہوں بلکہ اصل مرض وقتی طور پر کنٹرول ہوتا ہے، ختم نہیں ہوتا۔ ان گولیوں کو اور ادویات کی وجہ سے بے شمار بیماریاں شروع ہو گئی ہیں۔ بندہ نے انہیں فشاری گولیاں دی اور مستقل مزاجی سے استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ کچھ عرصے کے بعد مریض ملا کہ اب چند گولیاں باقی رہ گئی ہیں۔ باقی تمام بھرا ہوا تھیلا چھوڑ دیا ہے۔ انہیں مزید فشاری استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ آخر کار مریض سے وہ تمام گولیاں چھوٹ گئی اور مریض اللہ تعالیٰ کے فضل اور احسان سے بالکل تندرست ہو گیا۔ چہرے کے دانے آجکل کے دور میں عورتوں خاص طور پر جوان لڑکیوں اور لڑکوں کا مسئلہ ہیں۔ ملٹی نیشنل کمپنیوں کی سیل لگی ہوئی ہے کہ وہ نئے نام سے نئے فارمولے آزما رہے ہیں اور ہم مجبور لوگ لینے پر مجبور ہیں۔ واقعی چہرے کا حسن نکھار اور شادابی ہر مرد اور عورت کی اشد ضرورت ہے۔ لیکن یاد رکھے چہرے کے دانوں کا تعلق دراصل تیزابیت خون، جوش خون اور معدے، جگر کے امراض سے ہے۔ اگر اصل مرض کی اصلاح ہو جائے تو مرض کا مکمل خاتمہ ممکن ہے۔ ایسی تمام امراض میں فشاری کا استعمال نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ جب بھی کسی ایسے مریض کو فشاری کا استعمال کرایا تو نہایت فائدہ ہوا اور بہترین رزلٹ میسر آئے۔ حتیٰ کہ ایسے دانے جو ایک دفعہ ختم ہونے کے بعد بار بار نکلتے تھے۔ جب ایسے مریضوں کو مستقل مزاجی سے چند ماہ یہ نسخہ استعمال کرایا تو پہلے ہی ہفتے سے لاجواب نتائج موصول ہوئے۔ مریض مطمئن ہوا کہ واقعی اسے اس کی طلب سے بڑھ کر فائدہ ہو رہا ہے۔ میں نے اپنی معالجانہ زندگی میں چہرے پر دانوں کے مریضوں کے لیے فشاری بہت تجویز کی ہے، لاجواب فارمولا ہے۔ خواتین کا نامراد مرض لیکوریا ہے۔ نیک، صاحب عصمت اور باحیاء خواتین ہر کسی کو، حتیٰ کہ معالج کو اس مرض کے بارے میں بتانے سے گریز اور حیا کرتی ہیں۔ ایسی خواتین کو جبکہ وہ خواتین بھی چالیس سال تک کی تھیں۔ تقریباً تمام خواتین کو میرے تجربات میں کسی نے بھی خطا نہیں کھائی۔ ایسی تمام بہنوں کو فشاری کا استعمال نہایت مفید ثابت ہوا اور لیکوریا کا مسئلہ مستقل مزاجی سے کچھ عرصہ دوائی کھانے سے بالکل ختم ہو گیا۔ میں ایسی تمام بہنوں کو مشورہ دوں گا کہ وہ فشاری کا استعمال نہایت بھروسے، اعتماد اور مستقل مزاجی سے کریں۔ غفلت نہ کریں کیونکہ لیکوریا جسم کو کھوکھلا کر دیتا ہے اور جسم کی طاقت اور قوت کو نچوڑ دیتا ہے۔ الرجی کے مریضوں پر بھی اس دوائی کے بہترین رزلٹ ہیں۔ ایسی الرجی جس میں چھینکیں، جسم پر دھپڑ، سرخ نشان اور خارش شروع ہو

کند ذہن بچے

بہت سے ماں باپ کو شکایت ہے کہ ان کا کوئی بچہ پڑھائی میں دلچسپی نہیں لیتا۔ بہت کوشش کی جاتی ہے۔ لیکن وہ ادھر ذرا بھر توجہ نہیں کرتا۔ پڑھا لکھا بھول جاتا ہے۔ زیادہ زور دیا جائے تو باغی ہو جاتا ہے۔ اور بھاگ کھڑا ہوتا ہے۔ اکثر بڑوں کی بے ادبی پر اتر آتے ہیں۔ سختی سے کام مزید بگڑ جاتا ہے کیا کیا جائے؟ بہت پریشانی ہے۔ ماں باپ کو پریشان ہونے کی بجائے بزرگوں کے تجربات سے فائدہ اٹھانا چاہیے۔ اول بچے کے دماغ کو تقویت کے لیے خوراک کی طرف توجہ دینی چاہیے۔ آج کل کی مغربی مصنوعات استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔ تیزابی سوڈا چھڑا کر ملکی مصنوعات استعمال کرنی چاہئیں۔ تیزابی سوڈا انتڑیوں اور معدہ کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے۔ اس کی بجائے ملکی مشروبات کو استعمال میں لائے جائیں۔ ڈبل روٹی پر شہد اور مکھن لگا کر کھلائیں۔ جام چٹنی نقصان دہ ہے۔ طالب علموں کے لیے بادام سے بہتر کوئی چیز نہیں سات بادام صبح، سات شام کھلائے جائیں۔ بہتر ہے کہ بادام گری پیس کر رکھ لی جائے اور جب بھی دودھ تیار کریں ایک چمچ اس میں ڈال کر دیا کریں تیل میں تلی ہوئی اشیاء کا استعمال کم سے کم کریں۔ امید ہے کہ کند ذہن بچے کو بہت فائدہ پہنچے گا۔ دیگر کمزور دماغ والے بچے کے کان میں روزانہ ایک دفعہ اذان دیا کریں۔ بہت فائدہ ہوگا۔ علاوہ ازیں یہ بات بھی تحریر کی گئی ہے کہ کھانا کھلاتے وقت روٹی کے اوپر ہاتھ کی انگلی سے (ہوا میں) پوری الحمد شریف لکھ کر کھلائی جائے۔ کھانا سنت نبوی ﷺ کے مطابق کھلایا جائے۔ پہلے ہاتھوں کو دھو کر تولیے سے پونچھنا نہیں ہے بعد میں پونچھنا ہے کھانے کے دوران سر ڈھانکنا سنت ہے۔ اطمینان سے بیٹھ کر کھانا کھایا جائے اور بسم اللہ شریف پڑھی جائے۔ اگر بھول جائیں تو درمیان میں "بِسْمِ اللّٰہِ اَوَّلَہٗ وَ آخِرَہٗ" پڑھیں گے۔ یقین ہے کہ اسلامی طریق سے کام لیا جائے گا تو پھر اسلسلے میں کوئی پریشان تنگ نہیں کرے گی۔ ان شاء اللہ تعالیٰ۔

(مرسلہ: محمد منیر احمد قریشی۔ اعوان ٹاؤن لاہور)

عبقری 25 **پھوڑے پھنسی دنبل اور دیگر زخموں کے لیے:** سورۂ مرسلات لکھ کر گلے میں لٹکانا باعث صحت ہوگا۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

جائے۔ وقتی طور پر تو اس مرض کا علاج انجکشن گولیاں وغیرہ ہیں۔ لیکن مستقل مزاجی سے کسی بھی مریض نے کوئی نسخہ بہت کم استعمال کیا ہوگا۔ لہٰذا آپ سے درخواست ہے کہ اگر الرجی کا مرض ہے تو تسلی سے فشاری کا استعمال شروع کر دیں۔ ایک دفعہ ایک خاتون علاج کے لیے لائی گئی۔ مریضہ پاگل تھی، دوڑتی تھی، مارتی اور چیزیں توڑ دیتی تھی۔ میں پریشان کہ اس مریضہ کو آخر کیا دوائی دوں۔ آخر کار سوچ سوچ کر اسکو فشاری گولیاں دیں اور ہدایت کی کہ مریضہ پر زیادہ سختی نہ کریں۔ کچھ ہی دنوں کے بعد اس کا خاوند آیا کہ بہت فرق ہے۔ میں بہت خوش ہوا۔ اس کے بعد جتنے مریض خاص طور پر پاگل مریضوں کی وہ قسم جو مرنے مارنے پر تلی رہتی ہے اس کے لیے یہ نسخہ یعنی فشاری بہت مفید ہے۔ قارئین: فشاری گولیوں کا نسخہ، اس کی مکمل ترکیب استعمال، ہر چیز میں نے کھول کھول کر آپ کی خدمت میں پیش کر دی ہے۔ پھر فشاری گولیوں کے مکمل فوائد جو میرے تجربات اور دیگر تجربہ کار لوگوں کے تجربہ میں آئے تمام بیان کر دیے ہیں۔ میں ان شاء اللہ تعالیٰ یہ بات تجربہ سے عرض کر رہا ہوں کہ فشاری کا استعمال مستقل مزاجی سے کرنا چاہیے۔ لیکن یاد رکھیے گا۔ جو فوری اثر والی گولیاں آپ استعمال کر رہے اس کے بھیانک رزلٹ اور سائیڈ ایفیکٹ آپ کو بہت دور لے جائیں گے۔ لہٰذا ایسی ادویات استعمال کریں جن کے مابعد اثرات نہ ہوں۔ یقیناً ایسی شافی ادویات صرف دیسی ہیں اور فشاری ان دوائیوں میں سے ایک دوا ہے۔

(بقیہ: عبقری سے فیض پانے والے)

21 مرتبہ پورا کر کے پھر دو رکعت نفل حاجات اور اس میں 40 مرتبہ آیت کریمہ کو پڑھ کر اللہ سے دعا کی۔ پھر دوبارہ دوانمول خزانے پڑھنے لگا سات مرتبہ پڑھا تھا کہ اندر سے خوشخبری آئی اللہ پاک نے بیٹی دی ہے۔ اللہ کا شکر ادا کیا۔ یہ سب کچھ دوانمول خزانے کے پڑھنے کی برکت وجہ سے ہوا ہے۔ (مراسلہ: غلام مرتضیٰ)

چالیس روزہ ولایت کورس: معرفت کے متلاشی کتاب چالیس روز میں پانچ بار نہایت غور، توجہ اور محتاج بن کر ختم کریں۔ ہر روز صبح وشام دو نفل حاجت کے پڑھیں کہ یا اللہ مجھے ایسا بننے کے قابل بنا دے۔ نفل بھی محتاج اور عاجز بن کر پڑھیں۔ تنہائی کے نفل اور لمبی دعا کے بعد اعتماد ہو کہ اللہ تعالیٰ نے ایسا کر دیا ہے۔ ہر بار کتاب اور نفل ایسے پڑھیں جیسے پہلی بار پڑھ رہیں ہیں۔ ہر لفظ پر اعتماد اور ہر ورق طلب سے پڑھیں اور پھر تڑپ سے مانگیں، آزمائش شرط ہے۔ آپ کی طلب، تڑپ، بے قراری فیصلہ ضرور کرائے گی۔ بشرطیکہ عمل سو فی صد ہو، طلب سو فی صد ہو۔

مجذوبی مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل ومعاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین وحضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

محمد ادریس، دہلی۔ مسز طارق سلیم، لیاقت پور۔ وقار، العین دبئی۔ حافظ محمد الیاس، سیالکوٹ۔ مسز اقتدار، بہاول نگر۔ فاروق جمال، بہاولپور۔ رضیہ رمضان قادری۔ حمیدہ بی بی، جہانیاں۔ محمد عمر، شرقپور شریف۔ امیر افضل، ڈیرہ اسماعیل خان۔ منیر احمد، چک نمبر 112/RB۔ غلام شبیر شیخ، نواب شاہ۔ محمد اعجاز، ساہیوال۔ پروین خالد، پشاور۔ محمد رفیع گوندل، منڈی بہاؤالدین۔ مسعود انجم، اسلام آباد۔ عظمیٰ بیگ۔ عبدالمتین قریشی، لاہور۔ وسیم انور، شکاگو۔ عبدالرزاق، واہ کینٹ۔ طاہر اقبال، بہاولپور جیل۔ جمیل اطہر، جہلم۔ رضوان احمد، ملیر کراچی۔ احتشام الحق، ڈیرہ اسماعیل خان۔ رانا محمد مسعور، ہڑپہ۔ حضور بخش، لیاقت پور۔ عبدالقدیر، حیدرآباد۔ نائلہ حنیف چوہدری، بہاول پور۔ محمد شہباز، سردار پورہ۔ محمد نصیر، مکران۔ سید ابوذر، کراچی۔ محمد نوید صاحب، سرائے عالمگیر۔ سعدیہ، بنگلہ دیش۔ فرحان احمد فیصل، خوشاب۔ ہما، لاہور۔ کوثر پروین، فیصل آباد۔ امتیاز احمد، حیدرآباد۔ شمائلہ یونس، گجرات۔ فیاض احمد ڈار، جہلم۔ محمد اویس قرنی، کراچی۔ محمد اجمل، امریکہ۔ قمر الزمان، خضدار۔ محمد صادق، گوجر خان۔ نسرین اختر واہ کینٹ۔ رانا محمد ایوب۔ شمع نورین۔ نسرین اختر، علی پور۔ طارق محمود بٹ، بھمبر آزاد کشمیر۔ فتح محمد، ٹیکسلا۔ سلیم، بنوں۔ چوہدری محمد رمضان، بہاول پور۔ فاطمہ وجاہت، اسلام آباد۔ مائدہ، سرگودھا۔ عبدالحکیم نوشکی بلوچستان۔ محمد اسلم، لاہور۔ شیخ منیر حسین، بہاولپور، شائستہ، لاہور۔ دلاور، پشاور۔ شاہد حسین، ٹنڈو آدم۔ محمد عمران اسلم، خانیوال۔ ایک دکھی بہن، ملتان۔ محمد صادق لورالائی، طیبہ آصف، شازیہ آصف، راولپنڈی۔ محمد یونس، کراچی۔ ایم آصف، ریل بازار فیصل آباد۔ ثمن، اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکے۔



اسلام اور رواداری



پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 19 (ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

امام احمد بن حنبلؒ نے اپنی مسند میں سیدہ عائشہؓ سے نقل کیا ہے۔ وہ فرماتی ہیں کہ سرکارِ مدینہ ﷺ نے کبھی کسی خادم کو اپنے ہاتھ سے نہیں مارا، نہ کسی عورت کو مارا اور نہ کسی دوسرے کو اپنے ہاتھ سے مارا البتہ آپ ﷺ اللہ کی راہ میں جہاد کرتے تھے۔ جب بھی آپ ﷺ کو دو چیزوں میں سے کسی ایک چیز کو لینے کا اختیار دیا گیا تو آپ ﷺ نے آسان کو اختیار کیا الا یہ کہ وہ گناہ ہو۔ جو چیز گناہ ہوتی اس سے آپ ﷺ تمام لوگوں سے زیادہ دور رہنے والے تھے۔ آپ ﷺ کو خواہ کوئی تکلیف پہنچائی گئی ہو کبھی آپ ﷺ نے اپنی ذات کے لیے کسی سے انتقام نہیں لیا الا یہ کہ اللہ کی حرمتوں کو توڑا گیا ہو اور آپ ﷺ نے اللہ کی خاطر اس کا بدلہ لیا ہو۔

طائف کے سرداروں کے جوابات سن کر آپ ﷺ کچھ غمگین ہوئے اور واپس ہونے کا ارادہ فرمایا۔ مگر ان لوگوں نے پھر بھی آپ ﷺ کو نہ بخشا۔ انہوں نے بستی کے لڑکوں کو آپ ﷺ کے پیچھے لگا دیا۔ وہ گالیوں اور پتھروں سے آپ ﷺ کا پیچھا کرتے رہے۔ آپ ﷺ کے خادم سیدنا زید بن حارثہؓ نے اپنے کمبل سے آپ ﷺ کو آڑ میں لینے کی کوشش کی، مگر وہ آپ کو بچانے میں کامیاب نہ ہو سکے اور ان کے پتھروں سے آپ ﷺ کا جسم لہولہان ہو گیا۔ بستی سے کچھ دور جا کر عتبہ اور شیبہ پسران ربیعہ، رؤسائے مکہ، کا انگوروں کا باغ تھا۔ یہاں پہنچتے پہنچتے شام ہو گئی اور آپ ﷺ نے اس باغ میں پناہ لی۔ آپ ﷺ زخموں سے چور تھے اور اللہ تعالیٰ سے دعا کر رہے تھے۔ وہ دعا بھی عجیب تھی۔ جن لوگوں نے اتنی تکلیف دی تھی چاہیے تو یہ تھا کہ ان کے لیے بددعا کی جاتی اور ایسی بددعا کی جاتی کہ ان کی نسلیں یاد کرتیں۔ لیکن محدثین بتاتے ہیں کہ اس حال میں بھی رحمت مجسم ﷺ کی زبان سے دشمنوں کے لیے بددعا نکلتی ہے نہ اپنے مالک ومولیٰ سے شکایت کا ایک حرف زبان پر آتا ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

پرانی کھانسی سے نجات: ۴ ماشہ عرق گاؤزبان لیں۔ اسے چینی ملا کر پی لیں۔ چندروز استعمال کرنے سے پرانی کھانسی ختم ہو جائے گی۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

حقوق انسانی اور دیگر مخلوق کے حقوق

ایک مرید نے مراد سے پوچھا:

اللہ عزوجل سے دوستی کس طرح کی جائے؟

مراد نے مرید سے پوچھا: ''تم کسی سے دوستی کرنا چاہو تو کیا کرو گے؟

مرید نے عرض کیا: اس کے ساتھ حسنِ اخلاق کا برتاؤ کرینگے، اس کی خاطر مدارت کرینگے، اس کا خیال رکھیں گے۔

مراد نے کہا: اگر یہ باتیں نہیں کرو گے یا تمہیں اس کے مواقع نہیں ملیں گے پھر کیا ہوگا؟

مرید نے عرض کیا: ہوسکتا ہے کہ دوستی ختم ہو جائے۔

مراد نے فرمایا: دوستی اسوقت پختہ ہوتی ہے جب آدمی دوست کی دلچسپیوں کو قبول کرلے۔ اگر تم نمازی کے پکے دوست بننا چاہتے ہو تو اس کے ساتھ نماز پڑھنا شروع کردو...... جوا کھیلنے والے کا دوست جواری ہوتا ہے اور نشہ کرنیوالے کا دوست اگر اس کے ساتھ نشہ نہیں کرتا تو آپس میں دوستی نہیں ہوتی۔ مراد نے مرید سے سوال کیا: اللہ تعالیٰ کیا کرتا ہے؟

مرید نے اپنی ذہنی استطاعت کے مطابق ادھر ادھر کی بہت ساری باتیں کیں۔ مراد نے قطع کلام کرتے ہوئے فرمایا کہ مختصر بات یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ اپنی مخلوق کی خدمت کرتا ہے۔

اللہ سے اگر دوستی کرنی ہے تو مخلوق کی خدمت کرو۔

مراد نے مزید تشریح فرمائی: کیا تم نے بکری دیکھی ہے؟

مرید نے عرض کیا: جی ہاں دیکھی ہے۔

پوچھا: بکری کیا کرتی ہے؟ مرید نے عرض کیا: بکری دودھ دیتی ہے، لوگ اس کا گوشت کھاتے ہیں۔ اس کی کھال انسانوں کے کام آتی ہے۔

مراد نے فرمایا: اس کا مطلب یہ ہوا کہ بکری انسان کی خدمت میں مصروف ہے۔ مراد نے پوچھا: زمین کی کیا ڈیوٹی ہے؟

مرید نے عرض کیا: زمین میں کھیتیاں لہلاتی ہیں، زمین درخت اگاتی ہے۔ درختوں پر پھل لگتے ہیں۔ انسانوں کو خوش کرنے کے لیے پھولوں میں رنگ بھرتی ہے۔

مراد نے سوال کیا: بکری اور زمین کا کیا رشتہ ہے؟ مرید نے عرض کیا: بکری زمین پر گھاس چرتی ہے، درختوں کے پتے کھاتی ہے۔

مراد نے ارشاد فرمایا کہ: دنیا کا نظام یہ ہے کہ ہر شے دوسرے کی خدمت کرنے میں مصروف ہے۔ جب ''غیر اشرف مخلوق'' اللہ کی مخلوق کی خدمت کر رہی ہے تو انسان کا بھی فرض ہے کہ مخلوقات کی خدمت کرے۔ جب سالک اس رمز کو سمجھ لیتا ہے اور مخلوقِ خدا کی خدمت کو اپنی زندگی کا مقصد بنا لیتا ہے تو اسے اپنے باپ آدمؑ کا ورثہ منتقل ہو جاتا ہے۔۔

آدمؑ: سب کے باپ ہیں۔ باپ اولاد کی خدمت کرتا ہے..... اولاد کو پالتا پوستا ہے۔ آدم کا ہر بیٹا بھی آدم کی اولاد کا باپ ہے۔ باپ کا یہ فرض ہے کہ اولاد کی خدمت کرے۔

آدم زاد کو بلا تخصیص مخلوق کی خدمت اس لیے کرنی چاہیے کہ دوسری مخلوقات بھی آدم کی خدمت میں مصروف ہیں۔

(مرسلہ: بنت سید یوسف کاظمی، کڑیانوالہ)

ضعف دماغ کے لیے مجرب نسخہ

جناب حکیم صاحب سلام مسنون کے بعد عرض ہے کہ بندہ کافی عرصہ سے ماہنامہ عبقری کا مطالعہ کررہا ہے۔ آپ کا یہ رسالہ بفضل خدا خدمت خلق میں مصروف عمل ہے۔ آپ کی ترغیب پر ایک نسخہ تحریر کر رہا ہوں۔ جس سے یقیناً لوگوں کو فائدہ ہوگا۔ یہ نسخہ میں نے ایک کتاب میں پڑھا تھا اور میں نے خود آزمایا تھا بہت فائدہ ہوا۔ ''کشتہ مرجان جواہر والا'' نسخہ یہ ہے۔ **ھوالشافی**: شاخ مرجان عمدہ ایک تولہ، یاقوت اعلیٰ تین ماشہ، عنبر اشہب ایک ماشہ، ورق نقرہ تین ماشہ، ورق طلاء ایک ماشہ، زمرد سبز تین ماشہ، عرق کیوڑہ میں چارپہر کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر مٹی کے کورے کوزہ میں گل حکمت کر کے دس سیر اپلوں کی آگ دیں۔

ترکیب استعمال: دو چاول سے تین چاول ہمراہ خمیرہ گاؤزبان یا مکھن سے کھائیں، ان شاء اللہ پندرہ روز میں ہی کافی فائدہ نظر آئے گا۔ میں نے یہ نسخہ ضعف دماغ کے لیے استعمال کیا۔ اگر مرض زیادہ ہو تو دو سے تین ماہ تک استعمال کریں۔ یہ مسیح الملک حکیم حافظ اجمل خان مرحوم دہلوی کے خاص الخاص مجربات میں سے ہے۔ ضرور بنا کر فیض حاصل کیجئے۔ (مرسلہ: محمد ادریس۔ ڈیرہ اسماعیل خان)

انمول اصول، زندگی کے رہبر

☆ بلند کردار انسان نامساعد حالات میں بھی سربلند رہتا ہے، ناامید ہو کر شکست قبول نہیں کرتا ☆ ہر آدمی مشورہ دینے کی صلاحیت نہیں رکھتا ☆ مطمئن اور آرام پسند لوگ کبھی ترقی نہیں کر سکتے ☆ تحریر ایک خاموش آواز اور قلم ہاتھ کی زبان ہے ☆ غصہ تھوڑی دیر کی اور غرور ہمیشہ کی دیوانگی ہے ☆ خوبصورتی علم و ادب سے حاصل ہوتی ہے لباس سے نہیں ☆ زبان کی حفاظت دولت سے مشکل ہے ☆ غریب کو صدقہ دینے سے صرف صدقے کا اور غریب رشتہ دار کو دینے سے دوگنا ثواب ملتا ہے ایک صدقے کا دوسرا رشتہ داری کا حق ادا کرنے کا ☆ معافی بہت اچھا انتقام ہے ☆ دولت کے بھوکے کو کبھی سکون نصیب نہیں ہوتا ☆ عورت صرف ایک راز مخفی رکھ سکتی ہے اور وہ ہے اس کی عمر ☆ ہر کسی کی بات سن لو مگر اپنا فیصلہ محفوظ رکھو ☆ جو اپنی جیب سے کسی کا دل جیتنا چاہے وہ اندھا ہے ☆ ہمیشہ پاک و طاہر رہو، رزق میں برکت ہوگی ☆ صبر زندگی کے مقصد کے دروازے کھولتا ہے کیونکہ صبر کے علاوہ اس دروازے کی کوئی چابی نہیں ☆ عقل جیسی دولت اور جہالت جیسی کوئی غربت نہیں ☆ عقل کی آنکھیں نور ایمان کے ساتھ منور ہیں ☆ عورت کی بے مروتی پر صبر کرنے والا حضرت ایوبؑ کے برابر ثواب پائیگا۔ جو شخص کم کھاتا ہے اس کا دماغ روشن رہتا ہے ☆ جاہل اپنی غلطی کبھی نہیں مانتا ☆ جو جلدی کرتا ہے وہ پھنسے گا ☆ جو پوچھتا ہے، وہ پاتا ہے ☆ دنیا میں کام کر کے مرجانا آبِ حیات پینے سے بہتر ہے ☆ احسان کر کے نہ جتانا احسان کرنے سے کہیں زیادہ مشکل ہے ☆ اگر لوگ تجھے اس صفت سے موصوف کریں جو تجھ میں نہیں تو اس تعریف سے مغرور نہ ہو جاؤ کیونکہ جاہلوں کے کہنے سے ٹھیکری سونا نہیں بن جاتی ☆ دوسروں کی غلطی معاف کردو مگر اپنی کبھی بھی مت کرو ☆ بکنے کی ایک قیمت ہوتی ہے مگر نہ بکنے کی قیمت کہیں زیادہ ہے ☆ خیرات کرو مال بڑھے گا ☆ زندگی چند لمحے کا کھیل تماشہ ہے۔ (مرسلہ: رفعت خانم۔ فیصل آباد)

ڈسٹ الرجی سے نجات

یہ نسخہ جو عبقری کے کے تحریر کر رہی ہوں حکیم ایس ایم صادق صاحب کا ہے جو میں نے خود استعمال کیا۔ کیونکہ مجھے ڈسٹ الرجی کی وجہ سے بے حد چھینکیں آتی تھیں اور زکام بھی بے حد رہتا تھا۔ دماغی کمزوری بھی تھی۔ میں نے اسے استعمال کیا اور

ایماندار کی نشانی: ایماندار کا غصہ بھی جلدی ہوا کرتا ہے اور وہ راضی بھی جلدی ہوا کرتا ہے

بے حد مفید پایا۔ حکیم صاحب کے کہنے کے مطابق یہ طالب علموں کے ذہن اور حافظہ کے لیے مفید ہے ۔ دماغی کام کرنے والوں کے لیے بے حد مفید ہے۔ دماغی کمزوری سے لاحق ہونے والے سردرد میں مفید ہے ۔ بینائی کو قائم رکھتا ہے۔ کمزور نظر کو قوی کرتا ہے۔ نظر گرتی جارہی ہو تو اس کے متواتر استعمال سے ٹھہر جاتی ہے ۔ دماغی خشکی کو دور کرتا ہے اور بے خوابی میں مفید ہے ۔ بدن کی خشکی کو کم کرتا ہے۔ لاغری کے لیے مفید ہے۔

ھوالشافی: بہت عمدہ قسم کے میٹھے بادام بیس تولہ، مغز کدو تین تولہ، مغز خیارین تین تولہ، مغز خربوزہ تین تولہ، مغز تربوز تین تولہ، پوست آملہ خشک دو تولہ، پوست بہیڑہ دو تولہ۔ کالی ہڑڑ دو تولہ، سونف دس تولہ، سوکھا دھنیا دس تولہ، خشخاش سفید ساڑھے سات تولہ، چینی آدھ سیر۔

ان تمام چیزوں کو صاف کر کے کوٹ چھان لیں یا گرائینڈ میں پیس لیں ۔ دوائیں تازہ، عمدہ، بلا سوراخ ہونی چاہیے، کیڑا لگی نہ ہوں۔ نہ زیادہ پرانی ہو، جب سارا سفوف تیار ہو جائے تو بہت عمدہ قسم کا بنا ہوا کشتہ مرجان ایک تولہ بھی ملا دیں۔ یہ کشتہ کسی اچھے ماہر طبیب کا بنایا ہوا خرید لیں ۔ بس دوا تیار ہے۔ چائے کی ایک یا دو چیچ صبح نہار منہ جوش دیئے ہوئے نیم گرم دودھ سے کھائیں ۔ لیکن اگر زکام رہتا ہو تو دودھ کے بجائے ہلکے نیم گرم پانی سے پھانک لیا کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ فائدہ ہونے پر مجھے اپنی دعاؤں میں یاد رکھیں۔

انکل آپ کا رسالہ اتنا اچھا ہے کہ دل چاہتا ہے کہ اپنے سارے جاننے والوں کو اس کو دوں اور اس کا بتاؤں کہ کس قدر معلوماتی رسالہ ہے۔ (مرسلہ: سیدہ ریحانہ سلمیٰ۔ بہاولپور)

جھریاں دور کرنے کے لیے

عرق گلاب سو گرام، روغن بادام پندرہ گرام، پھٹکڑی پسی ہوئی پندرہ گرام، لیکر چار انڈوں کی سفیدی میں ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں، گاڑھی ہو کر یہ لیس کی شکل اختیار کرلے گی سوتے وقت چہرے پر مالش کرنے سے نہایت مفید نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ (مرسلہ: عبدالغنی۔ پشاور)

جانوروں کو ستانے والے

جناب ایڈیٹر صاحب السلام علیکم!

آپ کا صفحہ حال دل پڑھا۔ اس میں بلی کو تکلیف دینے پر واقعات پڑھے۔ 2 واقعات جو میں نے اپنے دوستوں سے سنے۔ ملاحظہ فرمایئے۔ محمد شفیق ہرن پور کے رہنے والے تھے ان کی سائیکلوں کی دوکان تھی بتاتے ہیں کہ ان کے ایک جاننے والے نے بلی کو ڈنڈے سے مارا جس سے اس کا چہرہ کچلا گیا اور وہ وہیں پر مرگئی۔ کچھ دن کے بعد اس کی لاش بھی ایسے ہی کچلے ہوئے چہرے کے ساتھ ایک حادثے کے بعد اس کے گھر پر پہنچی۔ (جب بلی مرگئی تو وہ ہنس رہا تھا)

ہمارے ایک نوشہرہ کے رہنے والے دوست محمد شفیق جو پارسل دفتر ریلوے سٹیشن راولپنڈی میں کام کرتے تھے اور بعد میں STE ریٹائر ہوئے۔ ایک دفعہ ان کا جوان بیٹا جو کہ FSC میں پڑھتا تھا بیٹھے بیٹھائے اس کے بیٹے کی آنکھوں کی بینائی ختم ہوگئی۔ ڈاکٹروں کو دکھایا کچھ سمجھ میں نہیں آتا تھا۔

ہمارے پاس ایک حکیم صاحب مصطفیٰ شاہ صاحب بیٹھتے تھے۔ وہ ماں کا نام اور مریض کا نام پوچھ کر وہیں مرض اور علامات بتلا دیتے تھے۔ ان کو بتایا تو انہوں نے پوچھا کہ آپ نے یا آپ کے بیٹے نے بلی یا کتے کو کہیں مارا تو نہیں۔ انہوں نے اقرار کیا تو فرمایا کہ یہ اسی مار کا اثر ہے۔ اس سے توبہ استغفار کا کہا اور شاید کچھ عمل کیا، مجھے یاد نہیں کہ بچہ ٹھیک ہوا یا نہیں لیکن اس وقت اس کو کچھ نظر نہیں آتا تھا۔ میں نے خود اس کو دیکھا ہے۔ اللہ پاک ہمیں جانوروں سے اچھا سلوک کرنے کی توفیق دے۔

میرے ایک دوست رحمت ربانی جو پارسل دفتر لالہ موسیٰ کے انچارج تھے خود اپنا واقعہ سناتے تھے کہ میں اپنے گھر میں سردیوں کے موسم میں رضائی لیکر لیٹا ہوا تھا۔ خوب سردی ہو رہی تھی کہ باہر سے کتے کے بچوں کی چلانے کی آوازیں آرہی تھیں۔ میں باہر آیا تو ایک بچہ مجھے مل گیا اور دوسرا کہیں بھاگ گیا۔ میں اس کو گھر لے آیا اور آگ کے پاس رکھ کر گرمی پہنچائی اور پھر ایک پیٹی میں توڑی ڈال کر اس کو توڑی والے کمرے میں رکھا۔ کچھ دن کے بعد اتفاقاً بجلی کی تاریں ٹھیک کرتے ہوئے اچانک بجلی نے مجھے پکڑ لیا۔ دوسرے بھائی نے مجھے بچانے کے لیے ہاتھ لگایا تو وہ بھی میرے ساتھ چپک گیا پھر میرا بھتیجا سمجھدار تھا اس نے لکڑی تار پر ماری جس سے جان چھوٹی۔

قابل ذکر بات یہ ہے کہ جب اس نے لکڑی ماری تو مجھے ایسا محسوس ہوا جیسے وہ کتے کا بچہ تار کو کاٹ رہا ہے۔ لگتا تھا کہ وہ نیکی میری نجات کا ذریعہ بن گئی۔ یہ جانور بھی اللہ پاک کی مخلوق ہیں۔ اگر اللہ پاک اس طرح کی نیکی کو قبول کرلیں تو پتہ نہیں کس کس مصیبت سے اللہ پاک نجات عطا فرمادیں۔ رسالہ بہت اچھا ہے کچھ نہ کچھ تربیت کا سامان ہوجاتا ہے۔ اللہ پاک اس کو دن دگنی رات چوگنی ترقی عطا فرماوے۔ سب احباب کو سلام (مرسلہ: اختر حسین رضوی۔ فیصل آباد)

دل کے مریضوں کے لیے میرا تجربہ

مکرمی جناب حکیم صاحب السلام علیکم!

ماہنامہ عبقری کا پہلے شمارے سے ہی قاری ہوں۔ زندگی کا ایک تجربہ عبقری کے قارئین کی نظر کررہا ہوں اس امید سے شاید کسی کا فائدہ ہوجائے اور مجھے دعا مل جائے۔ مجھے 7 اکتوبر 1986 کو ہارٹ اٹیک ہوا۔ سخت تھا۔ سات دن تک تو مجھے بے ہوش رکھا گیا۔ ڈاکٹر کے کہنے کے مطابق کہ تین تین ٹیکے فارجین کے بھی اثر نہیں کررہے تھے۔ تقریباً تین ہفتے تک ہسپتال میں رہا۔ ان دنوں میری ملازمت ساہیوال میں تھی۔ میرا دوست میری خبر گیری کے لیے آیا۔ اس کے ساتھ ایک صاحب اور بھی تھے۔ ان صاحب نے بتایا انہیں بھی ہارٹ اٹیک ہوا تھا۔ بلکہ ہارٹ کے والو Damage ہوگئے تھے۔ ان کو کسی صاحب نے یہ نسخہ بتایا۔ انہوں نے استعمال کیا تو انگریزی ادویات چھوڑ دیں اور اسی نسخہ پر اکتفا کیا۔ میں نے کہا کہ آپ مجھے بھی یہ نسخہ بھجوا دیں۔ اس آدمی نے کہا کہ کاغذ پکڑاؤ ابھی لکھ دیتا ہوں۔ نسخہ لکھ دیا میں شام کو بازار سے ادویات لے آیا۔ نسخہ بنایا اور استعمال شروع کردیا اور اب تک استعمال کررہا ہوں۔ نومبر 1986ء سے لیکر آج تک مسلسل استعمال میں ہے۔ انگریزی ادویات بھی ساتھ کھاتا ہوں۔ بلڈ پریشر کی دوائی نہیں کھاتا۔ ڈاکٹر کے مشورہ سے چھوڑ دی ہے۔ ڈاکٹر شہریار اور ڈاکٹر اشرف سے علاج کروایا ہے۔ ان کو بھی یہ نسخہ بتایا تھا اور انہوں نے کہا، کھاتے رہیں۔ نسخہ درج ذیل ہے

ھوالشافی: مروارید 2 ماشہ، طباشیر نقرہ 6 ماشہ، چھوٹی الائچی 6 عدد، گل گاؤزبان 6 ماشہ، (صاف شدہ) ورق چاندی ایک دفتری بڑا سائز۔ گل گاؤزبان ایک تولہ لیتا ہوں تنکے، ڈنڈیاں وغیرہ نکال کر 6 ماشہ رہ جاتا ہے۔ سب ادویات کو پیس کر بڑے سائز کے کیپسول بھرلیں ایک کیپسول رات سوتے وقت پانی کے ساتھ کھائیں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

(مراسلہ: محمد حفیظ چوہدری، ملتان)

خوبانی کھائیں، عمر بڑھائیں

(انتخاب: محمود الحسن۔ حیدرآباد)

ہائی بلڈ پریشر میں خوبانی کا استعمال بالکل نہیں کرنا چاہیے۔خوبانی کے استعمال سے خون میں حرارت اور حدت پیدا ہوتی ہے۔خونی و بادی بواسیر میں خوبانی کا استعمال مفید ہے اس سے مسوں کی جلن اور چبھن نہیں ہوتی۔

عربی میں مشمس فارسی میں زردآلو سندھی زردآلو انگریزی Apricot ۔اس کا رنگ زرد اور سرخی مائل ہوتا ہے۔اس کا مزاج سرد تر اور اس کے مغز گرم و تر ہوتے ہیں۔ اس کا ذائقہ شیریں ہوتا ہے اور مقدار خوراک دس عدد تک ہے۔اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

خوبانی کے فوائد:

(1) خوبانی باعث اخراج صفرا ہے (2) ڈکاریں آنے کو روکتی ہے (3) جملہ اعضاء کو طاقت دیتی ہے (4) خوبانی خون اور جوش خون کو فائدہ دیتی ہے (5) خوبانی کے درخت کے پتے اگر دو تولہ رگڑ کر پلائے جائیں تو پیٹ کے کیڑے اس سے مر جاتے ہیں (6) سوزش معدہ اور بواسیر کے لیے مفید ہے (7) سرد مزاج والے ضعیف اشخاص اور کمزور معدہ والوں کے لیے خوبانی کا استعمال مناسب نہیں (8) جگر کی سختی کو دور کرتی ہے (9) تپ حار میں خوبانی کھلانے کے بعد گرم پانی شہد ملا کر پلانا قے لاتا ہے اور بخار اتر جاتا ہے (10) اس کے رس کے چند قطرے کانوں میں ڈالنے سے بہرہ پن دور ہوتا ہے اور کان کے درد سے افاقہ ہوتا ہے (11) خوبانی ملین، مسکن اور پیاس کو روکتی ہے (12) دس دانہ خوبانی اگر ہمراہ لسی استعمال کیے جائیں تو غذا کی نالی کی جلن دور ہوتی ہے (13) نزلہ، زکام، گلے کی خراش اور منہ کی بدبو دور کرنے کے لیے روزانہ دس دانہ خوبانی ہمراہ گرم پانی استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔(14) اگر کسی کی بھوک بند ہو جائے، معدہ بوجھل، اپھارہ ہو تو رات سوتے وقت دو تولہ خشک خوبانی، سونف اور کالی ہڑ ہم وزن ہمراہ کھانا، بے حد مفید ہوتا ہے (15) سر چکرانے اور صبح اٹھنے کو اگر دل نہ چاہتا ہو تو پندرہ دانے خوبانی ایک پاؤ دودھ میں رات کو اُبال کر اور مزید اس میں سونف ایک تولہ، دانہ بڑی الائچی تین ماشہ ملا کر ابال کر رکھیں اور صبح نہار منہ استعمال کریں بے حد مفید ہے۔ (16) جسم میں توانائی پیدا کرتی ہے (17) کھٹی خوبانی استعمال نہیں کرنی چاہیے کیونکہ اس سے پیٹ میں اپھارہ پیدا ہوتا ہے (18) ہائی بلڈ پریشر میں خوبانی کا استعمال بالکل نہیں کرنا چاہیے (19) خوبانی کے استعمال سے خون میں حرارت اور حدت پیدا ہوتی ہے (20) خونی و بادی بواسیر میں خوبانی کا استعمال مفید ہے اس سے مسوں کی جلن اور چبھن نہیں ہوتی (21) خوبانی قبض کشا ہوتی ہے اور خوراک کو جلد ہضم کرتی ہے (22) خوبانی کا مربہ بنایا جاتا ہے جو مقوی دل، مقوی معدہ اور مقوی جگر ہوتا ہے (23) خوبانی کے مغز کے فوائد مغز بادام کے برابر ہوتے ہیں (24) خوبانی میں بہترین غذائیت ہوتی ہے۔جو انسانی جسم کے لیے بہت مفید ہے (25) اگر خون میں تیزابیت ہو جائے تو روزانہ خشک خوبانی ایک چھٹانک، اور دو تولے عناب رات کو بھگو کر صبح نہار منہ مل چھان کر ایک گلاس پانی چند روز تک متواتر پینے سے فائدہ ہوتا ہے (26) بعض اطباء نے لکھا ہے کہ خوبانی کھانے سے عمر بڑھتی ہے۔

پیشاب کا زیادہ آنا

(1) جن کو پیشاب بار بار زیادہ آتا ہو۔وہ اخروٹ استعمال کریں (2) دیسی مولی اور گاجر کے بیج ایک چمچہ استعمال کریں۔یہ بھی بار بار پیشاب آنے یا مثانے کی کمزوری کے لیے بہت مفید ہے (3) ایک کلو دودھ لیں اور ایک پوٹلی میں سونف اور چھوہارے باندھ کر دودھ میں ڈال دیں اور دودھ پکائیں جب یہ آدھا رہ جائے تو اتار لیں اور رات کو یہ دودھ پئیں۔ (مرسلہ: شہناز مظفر۔ گجرات)

عبقری سے فیض پانے والے

اجڑا گھر آباد ہو گیا:

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرا نام (ع۔ف) ہے میری شادی 10 ستمبر 2006 کو پھوپھو کے گھر ہوئی تھی۔میرے ساس سسر کا رویہ میرے ساتھ بے حد سخت تھا۔وہ لوگ مجھے میرے میکے نہیں جانے دیتے تھے۔میرے سسر، میرے والد کا میرے گھر آنا اور فون کرنا بھی برداشت نہیں کرتے تھے۔ میرے شوہر شادی کے 15 دن بعد اسلام آباد واپس چلے گئے تھے۔وہ نہ مجھے فون کرتے تھے اور نہ ہی خرچہ دیا کرتے تھے اور نہ ہی مجھے ساتھ لے کر جایا کرتے تھے۔بلکہ اپنے گھر والوں کی باتوں میں آکر اکثر مجھ سے لڑتے رہتے تھے۔ہر بات مجھ سے چھپاتے تھے اور جھوٹ بولتے تھے۔انہیں میری بالکل فکر نہیں تھی اور میری ساس جو کہ میری پھوپھی ہیں انہوں نے جھوٹی باتیں کر کے مجھے سارے خاندان میں بدنام کر دیا تھا۔ایک سال میں اس پریشانی میں رہی ہوں۔ میری شادی کے 6-5 مہینے بعد میرے والد صاحب مجھے آپ کے پاس لیکر آئے تھے آپ نے مجھے پڑھائی دی تھی جو کہ یہ تھی (بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْم) (یَا حَکِیْمُ، یَا حَنَّانُ، یَا عَزِیْزُ) 11 یا 21 یا 41 دن میں سوا لاکھ دفعہ پڑھنی تھی۔شروع میں 11 دن اور بعد میں 21 دن کا وظیفہ آپ کے کہنے پر کیا۔اللہ کے بعد آپ کا شکریہ ادا کروں گی۔ میرے شوہر فرقان احمد مجھے اپنے ساتھ اسلام آباد لے گئے ہیں۔اور وہ میرا بے حد خیال رکھتے ہیں۔میری ساس بھی اب بالکل بدل گئی ہیں۔میرے سسر کبھی خوش، کبھی ناراض ہو جاتے ہیں۔پھر بھی میں بے حد سکون میں ہوں۔خاندان والے بھی اب عزت کرتے ہیں۔ **(شکر الحمد اللہ)** اللہ کے بعد حکیم صاحب آپ کی شکر گزار۔(ع۔ف، لاہور)

دو انمول خزانے کی برکات:

شفا دینے والی اللہ کی ذات ہے۔پچھلے سال ہمارے گھر میں میری ماموں کی بیٹی آئی ہوئی تھی کہ اچانک اس کو زچگی کی تکلیف شروع ہو گئی۔دائی کو بلایا گیا اور اس کو چیک کرایا گیا تو دائی نے کہا کہ کیس مشکل ہے۔ان کے گھر والے میرے پاس آئے۔میں نے کہا کہ آپ خدا پر توکل کریں۔میں نے ان کو دو انمول خزانے کا کتابچہ دیا اور پڑھنے کو کہا اور خود بھی پڑھنے لگا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

سائل اور رشتہ دار کی بد دعا

موجودہ خاوند نے کہا کہ جس سائل کو دھکے دے کر تمہارے پرانے خاوند نے گھر سے باہر نکالا تھا ''وہ میں تھا''۔ اللہ تعالیٰ کے فیصلے پر قربان جائیں کہ پروردگار نے کس قدر پکڑ کی کہ موجودہ خاوند کو دولت اور عزت کے ساتھ ساتھ اسکی بیوی بھی دے دی

(تحریر: حنا طارق۔ لاہور)

السلام علیکم! مکرمی و محترمی جناب طارق محمود صاحب۔ مجھے مسلمان کا درد ''عبقری'' میں نظر آیا۔ ''عبقری'' پہلی نظر میں بہت اچھا لگا اور دل نے چاہا کہ اس کو مستقل طور پر اپنایا جائے۔ پچھلے سال سے اب تک جاری ہے اور جاری رہے گا (انشاء اللہ)۔ درج ذیل واقع میری معلمہ نے سنایا جو کہ یوں ہے۔ ''واما السائل فلا تنهر'''' اور سوالی کو نہ جھڑکو''

میاں بیوی گھر میں بیٹھے کھانا کھا رہے تھے کہ دروازے پر سائل نے صدا لگائی۔ میاں نے بیوی کو کہا کہ یہ روٹی فقیر کو دے آؤ، بیوی سائل کو روٹی دیتے ہی بے ہوش ہو کر گر گئی۔ میاں نے فوراً بھاگ کر بیوی کو اٹھایا۔ ہوش میں آنے پر میاں نے پوچھا کیا ہوا؟ بیوی نے بتایا کہ یہ شخص ''سائل'' میرا سابقہ خاوند تھا۔ اللہ تعالیٰ کی طرف سے اس کو اس بات پر پکڑ آئی کہ ہم میاں بیوی کوٹھی کے لان میں بیٹھے گفتگو کر رہے تھے کہ ایک سائل نے ہمارے قریب آ کر سوال کیا اور میرے میاں نے کھڑے ہو کر اس سائل کو دھکے دے کر باہر نکال دیا۔ کچھ دنوں کے بعد ہم دونوں ایک کام کے سلسلے میں کار میں سوار ہو کر جا رہے تھے کہ کسی بات پر ہم دونوں میں تلخ کلامی ہو گئی اور دیکھتے ہی دیکھتے بات اتنی بڑھی کہ میاں نے طلاق دے دی اور کار سے دھکے دے کر باہر نکال دیا اور آج آپ کے گھر میں ہوں۔ موجودہ خاوند نے کہا کہ جس سائل کو دھکے دے کر باہر نکالا گیا تھا ''وہ میں تھا''۔ اللہ تعالیٰ کے فیصلے پر قربان جائیں کہ پروردگار نے کس قدر پکڑ کی کہ موجودہ خاوند کو دولت اور عزت کے ساتھ ساتھ اسکی بیوی بھی دے دی۔ صاحب موصوف نے ہی آپ کی بہت تعریف کی جس سے لکھنے کا حوصلہ پیدا ہوا۔ چونکہ ''عبقری'' میں آپ نے نوک پلک سنوارنے کا ذمہ لیا ہے۔ یہ میری پہلی کاوش ہے کافی غلطیاں ہونگی امید ہے کہ پہلی فرصت میں چھاپ کر حوصلہ افزائی فرمائیں گے۔ امید ہے کہ آئندہ میں ان شاء اللہ لکھتی رہوں گی۔ عبقری کو خدا دن دگنی رات چوگنی ترقی عطا فرمائے تا کہ یہ اسی طرح لوگوں کی خدمت کرتا رہے آمین۔

آخر وہ پھر فقیر بن گئی

جو واقعہ میں آج تحریر کر رہی ہوں ایک مغرور عورت کا ہے۔ جو اپنی اس بدخصلت کی وجہ سے خود بلکہ اس کے بچے بھی اس کا خمیازہ بھگت رہے ہیں۔ وہ خاتون ایک مشہور فیکٹری کے مالک کی بیوی تھی۔ دولت کی وجہ سے آنکھوں پر پٹی بندھی ہوئی تھی۔ ہر وقت دولت کے نشے میں مغمور رہتی تھی۔ اس کا شوہر تین بہنوں کا اکلوتا بھائی تھا۔ قدرت کی ستم ظریفی کہ تینوں بہنیں غریب تھیں اور دوسرے شہروں میں رہائش پذیر تھیں۔ چھٹیوں میں بھائی اور بچوں کی محبت میں کبھی آ جاتیں تو وہ خاتون اپنے بچوں کو ساتھ لیکر خود شاپنگ کے لیے چلی جاتیں تا کہ ان مڈل کلاس لوگوں کے بچوں کے ساتھ مل بیٹھنے سے ان کے بچے بری عادتیں نہ سیکھ لیں اور اپنے نوکروں کو حکم دے جاتیں کہ اکرم صاحب (ان کے شوہر) کی بہنوں کو کھانا کھلا کر بھیجنا ورنہ وہ برا مانیں گے اور ان کی نندیں روتی ہوئی چلی جاتی تھیں کہ وہ دوسرے شہر سے بھائی کے گھر صرف اچھا کھانا کھانے آتی تھیں؟ وقت گزرتا گیا ایک وقت وہ آیا کہ اس کے شوہر کو برین ہیمرج ہو گیا۔ پہلے کوٹھی بکی، گاڑیاں زیور بکا، پھر ان کو بیرون ملک آپریشن کے لیے لے جایا گیا۔ فیکٹری پر ان لوگوں نے قبضہ کر لیا جن کے سپرد کر کے گئے تھے۔ اللہ کی مرضی کہ وہ دوران آپریشن ہی انتقال کر گئے۔ اب ان لوگوں کے برے دن شروع ہوئے۔ جن نندوں کو وہ منہ نہ لگاتی تھیں وہ بھی بھائی کے مرنے کے بعد بالکل نہ آتیں اور میکے والے بھی بہت زیادہ امیر نہ تھے کہ چار لوگوں کا خرچہ اٹھا سکتے۔ اب وہ خاتون ایک کمرے کے کرائے کے مکان میں رہائش پذیر ہیں۔ وہ اور ان کی بیٹی مختلف چیزوں کی پیکنگ کر کے اور ان کے بیٹے سیل مین کر کے گھر کا خرچہ چلا رہے ہیں۔ اب وہ بیتے دنوں کو یاد کر کے بہت روتی ہیں مگر اب کیا فائدہ۔ قارئین! میری آپ سے استدعا ہے کہ اپنی مصروفیت میں سے چند منٹ نکال کر اپنا محاسبہ کریں۔ غور کریں کہ ہم سے دانستہ یا نادانستہ کچھ غلط تو نہیں ہو رہا کہیں ایسا نہ ہو کہ دیر ہو جائے اور خدانخواستہ ہماری غلطیوں کا خمیازہ ہماری آئندہ نسلیں بھگتیں۔ خصوصاً مرد حضرات سے میری التماس ہے کہ وہ اپنے گھر پر نظر رکھیں کیونکہ انہیں اختیار ہے یہ نہ ہو کہ دولت کمانے کی دھن میں اپنی اصلی پونجی بھی لٹا بیٹھیں۔ (مرسلہ: رفعت۔ فیصل آباد)

(بقیہ: نماز سے جسمانی سمارٹنس اور چہرے کی خوبصورتی)

کبھی تو وہ اپنے عظیم ترین مالک کے حضور غلاموں اور نوکروں کی طرح سر جھکائے، باادب کھڑا رہتا ہے اور جب وہ اپنے مہربان اور شفیق آقا کی محبت کی مٹھاس محسوس کرتا ہے اور اس کا دل محبت سے لبریز ہونے لگتا ہے تو وہ جھک کر بے اختیار اپنے آقا کے مبارک ہاتھ چومنے لگتا ہے اور رکوع کرتا ہے۔ پھر اپنی پہلی حالت پر غلاموں کی طرح آجاتا ہے۔ پھر جب اس کی محبت انتہا کو پہنچتی ہے تو وہ بے اختیار اپنی سب سے قیمتی متاع یعنی اپنا غرور، اپنا سر جو وہ کہیں نہیں جھکانا چاہتا، بے دریغ اپنے آقا کے مبارک قدموں میں ڈال دیتا ہے اور رب تعالیٰ کے قدم مبارک چومنے لگتا ہے اور زبان اور دل سے ہی اقرار کرتا رہتا ہے کہ صرف یہی وہ پاک ہستی ہے جو سب سے عالی شان ہے۔ اس طرح اس کا دل و دماغ ڈپریشن جیسے موذی مرض سے یکسر نجات پاتا ہے اور روحانی و دماغی سکون حاصل کرتا ہے۔ الغرض نماز ہی وہ واحد عبادت ہے جس کے ذریعے ایک ادنیٰ انسان ایک عظیم عالیشان ذات کے انتہائی قریب پہنچ کر راز و نیاز کی باتیں کرتا ہے اور غموں سے نجات پاتا ہے۔

(بقیہ: پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن وسلوک)

نہ اس ایمان ویقین میں کوئی تزلزل واقع ہوتا ہے۔ رحمت عالم ﷺ کے ہاتھ اٹھتے ہیں اور یہ فریاد زبان پر جاری ہوتی ہے۔ ''یاالٰہی! میں تجھ سے ہی فریاد کرتا ہوں کہ میرے پاس نہ طاقت ہے، نہ حیلہ، لوگوں کے لیے میں کوئی چیز نہیں۔ اے ارحم الرحمین! تو کمزوروں عاجزوں کا وارث، تو میرا بھی مالک ومولا، تو مجھے کس کے حوالے کرتا ہے؟ بیگانے غیر کے، جو خشم ناکی و درشتی آئے؟ یا اس دشمن کے جسے تیری قدرت نے میرے حال پر قابو عطا کیا؟ مگر مالک اگر تو مجھ پر ناخوش نہیں تو مجھے کسی بات کی پروا نہیں۔ تیری عافیت کا دامن ہی میرے لیے کشادہ تر ہے۔ میں تیرے رخ انور کی ضیاء میں پناہ مانگتا ہوں، جس سے تاریکیاں اور ظلمتیں مطلع انوار اور امور دنیا وآخرت خوش گوار ہو جاتے ہیں۔ اس بات سے کہ تیرا غضب مجھ پر نازل ہو یا تیرا عتاب مجھ پر آئے، (میری طرف سے) تسلیم ورضا تیرے لیے ہے۔ جب تک تو راضی نہ ہو جائے، اور مولا قوت وطاقت جو ہے سو پس وہ تیری ذات کی'' خداوند قدوس نے اپنے بندۂ حبیب کی پکار کو سنا اور فرمایا: ﴿فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ اُولُوا الْعَزْمِ مِنَ الرُّسُلِ﴾ ترجمہ ''صبر کر جیسے پہلے صاحب عزیمت رسولوں نے صبر کیا'' (سورۂ احقاف آیت نمبر 35)

(بقیہ: حضرت فضیل بن عیاضؒ)

تیسرا ایسا بھائی جو بے عیب ہو۔ زبان سے اظہار محبت کرنے اور دل میں دشمنی رکھنے والوں پر اللہ تعالیٰ لعنت بھیجتا ہے۔ فرمایا جوانمردی یہ ہے کہ کسی سے امداد طلب نہ کرے توکل یہ ہے کہ اللہ کے سوا اور کسی پر بھروسہ نہ رکھے اور اس کے سوائے کسی سے نہ ڈرے اور زاہد وہ ہے جو پیکر تسلیم ورضا ہے خواہ وہ کچھ کرے۔ متوکل وہ ہے جو اللہ پر یقین واعتبار رکھتا ہو اور اس کی شکایت نہ کرے۔ فرمایا جب کوئی تجھے پوچھے کہ تو اللہ کو دوست رکھتا ہے تو خاموش رہ کہ انکار کرے گا تو کافر ہو جائے گا اور اقرار کرے گا تو تیرے کام دوستوں جیسے نہ ہوں گے اور یہ محض جھوٹ ہوگا۔ بہت سے لوگ طہارت گاہ سے پاک ہو کر آتے ہیں اور بہت سے ایسے ہوتے ہیں جو بیت اللہ سے باہر آتے ہیں تو پلید ہو کر آتے ہیں۔ دو عادتیں دل کو فاسد کر دیتی ہیں۔ بہت سونا اور بہت کھانا۔ فرمایا اگر مجھے حکم دیا جائے کہ ایک دعا مانگ لے وہ ضرور مقبول ہوگی تو میں ایک بادشاہ کی اصلاح کے لیے دعا مانگوں۔ کیوں کہ اس ایک کی اصلاح سے ایک دنیا کو فائدہ پہنچتا ہے۔

خشیت الٰہی: آپ پر ہمیشہ خوف الٰہی غالب رہتا تھا۔ تیس برس تک کسی نے آپ کے لبوں پر تبسم نہیں دیکھا۔ ایک دفعہ آپ نے ایک قاری کو پوری خوش الحانی کے ساتھ قرآن شریف پڑھتے سنا۔ فرمایا کہ اسے میرے بیٹے کے پاس لے جاؤ مگر سورۃ القارعہ اس کے سامنے نہ پڑھنا کہ اس میں قیامت کا ذکر ہے اور اس میں اس ذکر کے سننے کی طاقت نہیں۔ اتفاق سے قاری صاحب نے سورۃ القارعہ ہی پڑھنی شروع کر دی۔ صاحبزادہ نے اسی وقت ایک نعرہ مارا اور دم توڑ دیا۔

(بقیہ: بیوی...... آپ سے کیا چاہتی ہے؟)

بلکہ وہ آپ کو اپنا شریک کار بھی بنانا چاہتی ہے۔ روزگار کے لیے گھر سے جانے سے پہلے اور آنے کے بعد ایک کونے میں پڑے رہنا یعنی بے اعتنائی والا رویہ ظاہر کرنا اور بیوی کو اپنے ذاتی کاموں کی فرمائشیں کر کے گھریلو کام کاج میں بے وقت مخل ہوتے رہنا، بیوی کو ہرگز پسند نہیں ہوتا۔

یاد رکھیے! گھر میں ہونے والے میاں بیوی کے جھگڑوں میں جہاں ایک وجہ رقم ہوتی ہے۔ وہاں دوسرا اہم سبب گھریلو کام کاج بھی ہیں۔ جو مرد گھریلو کام کاج اور بچوں کی دیکھ بھال میں اپنی بیویوں کا ہاتھ بٹاتے ہیں، وہ پرسکون خانگی زندگی گزارتے اور بیویوں سے بہتر تعلق رکھتے ہیں۔

(بقیہ: حضور اقدس ﷺ نے متعدد نکاح کیوں کیے؟)

اسی طرح میمونہؓ سے نکاح کی وجہ سے نجد کے علاقہ میں اسلام پھیلا۔ ان شادیوں کا مقصد یہ بھی تھا کہ لوگ حضور ﷺ کے قریب آسکیں، اخلاق نبی کا مطالعہ کر سکیں تاکہ انہیں راہ ہدایت نصیب ہو۔

5)...... حضرت زینب بنت جحش سے نکاح متبنیٰ کی رسم توڑنے کے لیے کیا۔ حضرت زیدؓ حضور ﷺ کے متبنیٰ کہلائے تھے، ان کا نکاح حضرت زینب بنت جحش سے ہوا۔ مناسبت نہ ہونے پر حضرت زیدؓ نے طلاق دے دی تو حضور ﷺ نے نکاح کر لیا اور ثابت کر دیا کہ متبنیٰ ہرگز حقیقی بیٹے کے ذیل میں نہیں آتا۔

اپنا کلام جاری رکھتے ہوئے ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ علوم اسلامیہ کا سرچشمہ قرآنِ پاک اور حضور اقدس ﷺ کی سیرت پاک ہے۔ آپ ﷺ کی سیرت پاک کا ہر ایک پہلو محفوظ کرنے کے لیے مردوں میں خاص کر اصحاب صفہؓ نے بڑھ چڑھ کر حصہ لیا۔ عورتوں میں اس کام کے لیے ایک جماعت کی ضرورت تھی۔ ایک صحابیہ سے کام کرنا مشکل تھا۔ اس کام کی تکمیل کے لیے آپ ﷺ نے کئی نکاح کیے۔ آپ نے حکماً ازواجِ مطہراتؓ کو ارشاد فرمایا تھا کہ ہر اس بات کو نوٹ کریں جو رات کے اندھیرے میں دیکھیں۔

حضرت عائشہؓ جو بہت ذہین، زیرک اور فہیم تھیں، حضور ﷺ نے نسوانی احکام ومسائل کے متعلق آپ کو خاص طور پر تعلیم دی۔ حضور اقدس ﷺ کے دنیا سے پردہ فرمانے کے بعد حضرت عائشہؓ 45 سال تک زندہ رہیں اور 2210 احادیث آپؓ سے مروی ہیں۔ صحابہ کرامؓ فرماتے ہیں کہ جب کسی مسئلے میں شک ہوتا ہے تو حضرت عائشہؓ کے اس کا علم ہوتا۔ اسی طرح حضرت ام سلمہؓ کی روایات کی تعداد 368 ہے۔

ان حالات سے ظاہر ہوا کہ ازدواجِ مطہراتؓ کے گھر عورتوں کی دینی درسگاہیں تھیں کیونکہ یہ تعلیم قیامت تک کے لیے تھی اور ساری دنیا کے لیے دنیا کے لیے تھی اور ذرائع ابلاغ محدود تھے اس لیے کتنا جانفشانی سے یہ کام کیا گیا ہوگا، اس کا اندازہ نہیں لگایا جا سکتا۔

آخر میں ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ یہ مذکورہ بالا بیان میں گرجوں میں لوگوں کو بتاتا ہوں اور وہ سنتے ہیں۔ باقی ہدایت دینا تو اللہ تعالیٰ کے ہاتھ میں ہے۔ اگر پڑھے لکھے مسلمان ان نکات کو یاد کر لیں اور کوئی بدبخت حضور ﷺ کی ذات پر حملہ کرے تو ہم سب اس کا دفاع کریں۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو توفیق دے اور عمل کرنے والا بنائے۔ (آمین)

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ) مجھ سے ان کی بیقراری دیکھی نہ گئی ہم نے ان کو تلاش کرنے کی بہت کوشش کی لیکن جواد نہ ملا۔ اچانک آپ سے رابطہ ہوا تو آپ نے ماہنامہ عبقری میں روحانی محفل کی طرف توجہ دلائی۔ ہم نے روحانی محفل کے وظیفہ کو دل جمعی کے ساتھ پڑھا۔ لیکن مسئلہ حل نہ ہوا دوبارہ آپ سے رابطہ ہوا تو آپ نے دوبارہ اس کو گیارہ دن (پہلے سے دُگنا پڑھنے کا فرمایا) میں نے اور میرے گھر والوں نے اور جواد کی بیوی اور بیٹوں نے بیقراری سے پڑھا اور ہر وقت روحانی محفل کا وظیفہ پڑھتے رہتے۔ اچانک ایک دن جواد کے کرایہ دار داتا دربار فاتحہ کے لیے گئے تو وہاں انہوں نے جواد صاحب کو بھکاریوں کی لائن میں بیٹھا دیکھا تو فوراً میرے بیٹے کو فون کیا جو دفتر سے دو چار آدمی لے کر چلے گئے اور ان کو وہاں سے لے آئے اور دوبارہ ان کا علاج معالجہ شروع کیا۔ یہ سب کچھ ماہنامہ عبقری میں چھپنے والی روحانی محفل کی وجہ سے ہوا۔ کیونکہ روحانی محفل کا وظیفہ ہم سب لوگوں نے بیقراری سے پڑھا تھا۔ جس کی طرف آپ نے توجہ دلائی تھی۔ اس کے علاوہ بھی میری بہت سی مشکلات اس روحانی محفل کی بدولت حل ہوئی ہیں۔ (مرسلہ: سید عبدالستار بخاری۔ راولپنڈی)

حضرت صاحب السلام علیکم! چند روز پہلے میں آپ سے ملاقات کر کے گیا تھا اور آپ سے عرض کیا تھا کہ مجھے روحانی محفل سے بہت سے فائدے ہو رہے ہیں اور میری مشکلات حل ہو رہی ہیں۔ آپ نے مجھے اسی دن ایک اور وظیفہ **"یاحلیم، یا علیم، یا علی، یا عظیم"** بتایا تھا کہ جب کبھی مشکل پڑی تو اس کو پڑھ لینا۔ ان شاءاللہ مشکل حل ہوگی۔ حضرت صاحب ایک دن میں میری اہلیہ اور میرے بچے بارڈر پر سیر کرنے گئے اور ہم سیر کرتے کرتے بارڈر کے بالکل قریب چلے گئے اور اچانک بارڈر پر فائرنگ شروع ہو گئی اور کافی لوگ مارے گئے ہم پریشان کھڑے سب کچھ دیکھ رہے تھے اور اپنی موت کا انتظار کرنے لگے اسی دوران میرے دل میں خیال آیا کہ آپ نے مجھے ہر مشکل کے لیے ایک وظیفہ **"یاحلیم، یا علیم، یا علی، یا عظیم"** پڑھنے کو دیا ہوا تھا جو میں نے پڑھا اور تھوڑے ہی وقت میں ہم دشمن کی نظروں سے اوجھل ہو گئے اور بالکل حفاظت کے ساتھ اپنے گھر آگئے یہ سب کچھ روحانی محفل اور آپ کے دیئے ہوئے وظیفہ کی بدولت ہوا تھا۔ مجھے امید کامل ہے کہ روحانی محفل کا سلسلہ ماہنامہ عبقری میں مستقل چلتا رہے گا۔ (مرسلہ: عبدالرشید۔ لاہور)

سمندر میں تلاطم کے وقت: سورۂ قلم پوری پڑھے ان شاءاللہ طوفان ختم ہو جائے گا۔

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت-/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے سے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے، جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہو گی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت-/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

26

ماہنامہ عبقری® لاہور

اگست 2008ء بمطابق شعبان المعظم 1429ھ

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ: 20 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- ☆ شعبان میں عبادت کی راتیں، سعادت کے دن
- ☆ ہربز سے سڈول جسم اور پُرکشش چہرہ
- ☆ بچوں کی صحیح تربیت کیسے ہو؟
- ☆ عمدہ اور دیدہ زیب پھلوں کا مہینہ
- ☆ شاہِ جنات کا اسمِ اعظم
- ☆ دلوں کی روحانی بیماریاں دور کیجئے
- ☆ بیوی سے اچھی گفتگو، ہائی بلڈ پریشر سے نجات
- ☆ چھپکلی اور بوڑھے موذن کا کراماتی علاج
- ☆ مسنون دعا کی برکت سے ٹانگ کٹنے سے بچ گئی
- ☆ قدرتی نیند بحال رکھنے کا آسان طریقہ
- ☆ جنسی آزادی اور ہماری زندگی

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہؒ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضانؒ چغتائی

زیرسرپرستی شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر **2** جلد نمبر **3** اگست 2008 بمطابق شعبان المعظم 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصّبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

اگست 2008ء

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/240 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

Website: www.ubqari.net
Email: ubqari@hotmail.com

042-7552384، 0322-4688313

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹر، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: بڑی تباہی ہے ناپ تول میں کمی کرنے والوں کے لیے کہ جب لوگوں سے (اپنا حق) ناپ کر لیں تو پورا لے لیں اور جب لوگوں کو ناپ کر یا تول کر دیں تو کم کر دیں۔ کیا ان لوگوں کو اس کا یقین نہیں ہے کہ وہ ایک بڑے سخت دن میں زندہ کر کے اٹھائے جائیں گے، جس دن تمام لوگ رب العالمین کے سامنے کھڑے ہوں گے (یعنی اس دن سے ڈرنا چاہیے اور ناپ تول میں کمی سے توبہ کرنی چاہیے)

(سورۃ المطففین آیت نمبر 1 تا 6)

فرمانِ رسول صلی اللہ علیہ وسلم

حضرت ابو برزہ اسلمیؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: اے وہ لوگو جو صرف زبانی اسلام لائے اور ایمان ان کے دلوں میں داخل نہیں ہوا! مسلمانوں کی غیبت نہ کیا کرو اور ان کے عیوب کے پیچھے نہ پڑا کرو کیونکہ جو مسلمانوں کے عیوب کے پیچھے پڑتا ہے اللہ تعالیٰ اس کے عیب کے پیچھے پڑ جاتے ہیں اور اللہ تعالیٰ جس کے عیب کے پیچھے پڑ جاتے ہیں اسے گھر بیٹھے رسوا کر دیتے ہیں۔ (ابوداؤد)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

میرے ہم سفر حاجی محمد افضل صاحب دریا دل، سخی ہونے کے ساتھ ساتھ ایک نہایت تجربہ کار اور جہاں دیدہ انسان ہیں۔ بہت کم گو لیکن جب بولتے ہیں تو میں ان کے الفاظ پر نہایت غور کرتا ہوں۔ انہوں نے کپڑے کے ایک تاجر کی چشم دید کہانی سنائی۔ لاہور میں ایک غریب شخص اعظم کلاتھ مارکیٹ میں کپڑے کا تاجر تھا۔ پہلے ایک غریب شخص تھا لیکن بعد میں بہت مالدار ہو گیا۔ یاد رکھیں مال سنبھالنا ہندو بنیے کا کام ہوتا ہے یا پھر ایسے شخص کا جو دولت کو نعمت خداوندی سمجھتا ہے۔ وہ شخص جوا اور بدکاری جیسے گناہوں میں پڑ گیا لیکن مال کم نہیں ہوا اور بڑھا۔ وہ یہ بات بھول گیا کہ اللہ کی رسی ڈھیلی ہے۔ پھر کیا ہوا سب کچھ ختم ہو گیا اور کیسے ختم ہوا یہ ایک ایسی دردناک کہانی ہے۔ جسے قلم بیان نہیں کر سکتا اور اسی حالت میں اسکی موت آئی۔ اولاد پھر وہی غربت اور تنگ دستی کی کہانی ہے۔

لاہور کے ایک نامور تاجر کی کہانی سنائی۔ وہ پہلے ایک کپڑے کی دکان پر ملازمت مزدوری کرتا تھا۔ قسمت نے ساتھ دیا اور بڑا تاجر بن گیا۔ پھر جائیداد کی خرید و فروخت کا سلسلہ چل پڑا۔ بعض اوقات ایک ہی دن میں کروڑوں روپے بغیر محنت کے کمائے۔ اب اسکی صورت حال بدلنے لگی۔ اس کے بول، نگاہ، خیال اور انداز میں تکبر، غرور اور نخوت آ گیا۔ وہ انسان کو انسان نہیں سمجھتا تھا۔ وہ ہر شخص کو اپنے سے بہت کم تر سمجھتا تھا۔ ہر شخص کی بے عزتی کر دینا اسکا مشغلہ بن گیا۔ وقت گزرتا گیا قدرت نے موقع دیا، ڈھیل دی لیکن اس کی سرکشی بڑھتی گئی۔ پھر اس نے ایک ہوٹل لے لیا اور غلط کاموں میں مشغول ہو گیا۔ ایک دن شراب پی کر گھر آیا، بیٹے نے کہا کہ ابا! بہو، بیٹیوں کا گھر ہے یہاں ایسا نہ کیا کریں کچھ تو خیال کریں۔ یہ بات سننی تھی کہ اس نے بیٹے کو گولی ماردی۔ بہت زیادہ علاج اور لاکھوں روپے لگانے کے بعد بیٹا تو بچ گیا لیکن نچلا دھڑ بالکل بے حس ہو گیا۔ پھر کچھ عرصے بعد فوت ہو گیا۔ ادھر والد نے بیماریاں اور پریشانیاں خود مول لے لیں اور زوال شروع ہوا۔ سب ساتھ چھوڑ گئے، ہر طرف نقصان ہی نقصان شروع ہوا۔ اسی حالت میں یہ شخص مر گیا۔ اسکی موت پر ہر شخص خوش تھا اسکی وجہ یہ تھی کہ اس نے اپنے تکبرانہ رویئے سے مخلوق خدا کا عرصہ حیات تنگ کیا ہوا تھا۔ بلکہ ایک قریب کے دیکھنے والے نے بتایا کہ جنازے کے دوران جنازہ پڑھانے والے نے جب اس شخص کی تعریف کی تو اس کے بھائی نے بازو سے اسے روکا کہ لوگ اس شخص کو خوب جانتے ہیں بس جلدی جنازہ پڑھیں اور دفن کریں۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

قیامت کے دن وہ شخص بہت عمدہ حالت میں ہوگا۔جس کے نامۂ اعمال میں استغفار کثرت سے پایا جائیگا

استغفار سے قبل ندامت ضروری ہے

اللہ والو۔ شیطان تو یہ چاہتا ہے کہ انسان استغفار کے لیے پہلا قدم ہی نہ اٹھائے ۔استغفار جیسا ہے،توبہ جیسی ہے اس کو کرتے رہیں اوراس کو اپنے اوپر لازم کرلیں ۔امام غزالیؒ کا ارشاد ہے استغفار سے قبل ندامت ضروری ہے ورنہ یہ استغفار جوندامت کے بغیر ہووہ اللہ جل شانہ کے ساتھ مذاق ہے۔ایسا استغفار جس میں سچی ندامت ہو کہ آنکھیں اگر رو رہی ہیں تو دل بھی ساتھ رو رہا ہواگر رونہیں رہاتو مچل رہا ہواگر مچل نہیں رہا توکم ازکم دل کے اندر ندامت تو ہو۔دل کے اندرافسردگی تو ہو اوردل کے اندر یہ تو ہو میں نے کریم رب کوناراض کردیا ہے۔ بقول ایک اللہ والے کے جب دل کے اندر استغفار اورندامت آتی ہے اور جب دل واقعی کہتا ہے کہ میں مجرم ہوں اوردل مان لیتا ہے اوردل کے آنسونکل جاتے ہیں،فرمایادل کے اندرایک کیفیت پیدا ہوتی ہے۔ایک اطمینان ہوتا ہے کہ میرے رب نے مجھے معاف کردیا ہے اوراسی کیفیت کا نام مغفرت ہے۔ حضرت محمد ﷺ کا ارشاد ہے بلاشک شیطان نے کہا اے رب قسم ہے تیری عزت کی میں تیرے بندوں کو بہکا تا ہی رہونگا جب تک کہ انکی روحیں ان کے جسموں میں رہینگی ۔اللہ اکبر! آخری پل تک یعنی آدھا جسم مردہ ہو چکا ہے،سانس نکل چکی ہے، سانس ناف سے اوپر سینے تک آچکی ہے۔ ابھی بھی بھروسہ نہیں ہے شیطان کا کہ ایک پل میں کہیں بہکا نہ دے۔ جوساری زندگی **لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ** ﷺ کہتا رہا کہیں ایسا نہ کہ موت کے وقت کوئی ایسا بول منہ سے نکلوا دے کہ یہ اسی کلمے کا منکر ہو جائے۔اسی کلمے کا انکار کردے۔ اس پر اللہ جل شانہ نے ارشادفرمایا مجھے اپنی عزت وجلال کی اور رتبہ وبلندی کی قسم ہے میں ان کو بخشتا رہونگا جب تک مجھ سے مغفرت طلب کرتے رہیں گے ۔شیطان نے عہد کیا بہکا تا رہونگا اورکریم نے یہ نہیں فرمایا کہ معاف کرونگا بلکہ یہ فرمایا میں انکو بخشتا رہونگا۔اگرآج تیری ندامت اورتوبہ ٹوٹ گئی ہے،آج تجھ سے خطا ہوئی مگرتو توبہ سے دورنہ ہواتو پھر اللہ جل شانہ کی قسم میرارب تجھے معاف ضرور کریگا۔تو اپنی ندامت اورتوبہ سے دورنہ رہ اور مایوس نہ ہو بلکہ ندامت اورتوبہ کرتا رہ۔حضرت عبداللہؓ سے روایت ہے کہ سرورکونین ﷺ نے ارشاد فرمایا بہت عمدہ حالت ہے اس شخص کے لیے جو قیامت کے دن اپنے اعمال میں کثیر الاستغفار پائیگا۔اس چیز کو سمجھنے کی کوشش کریں اللہ والو۔فرمایا قیامت کے دن وہ شخص بہت عمدہ حالت میں ہو گا۔جس کے نامہ اعمال میں استغفار کثرت سے پایا جائیگا۔ ایک دفعہ میرے حضرت رحمۃ اللہ نے بلایا فرمایا جلدی آؤ جلدی آؤ۔ میں حاضر ہواتو فرمایا قرآن پاک لے لو اسکی ہر سطر پر **نَسْتَغْفِرُکَ وَنَتُوْبُ اِلَیْکَ** یہی الفاظ دہراؤ۔ ہر سطر پر انگلی پھیرتے جاؤ۔روز جتنے پارے پڑھ سکو،انگلی پھیرتے جاؤ پڑھتے جاؤ۔فرمایا اسکو ختم کرو اور پڑھتے وقت اپنے مقصد کا تصور ہو،اپنی مشکل کا تصور ہو۔جو مقصد چاہتے ہو،جو مشکل رفع کروانا چاہتے ہو،جو پریشانی دور کرانا چاہتے ہو اس کا تصور ہو اور یہ تصور ہو کہ **نَسْتَغْفِرُکَ** میں استغفار بھی کرتا ہوں، ندامت بھی کرتا ہوں، **وَنَتُوْبُ اِلَیْکَ** میں توبہ بھی کرتا ہوں۔ جو کچھ عذاب ہے،وبا ہے،قحط ہے،بلا ہے،مرض ہے اور جو پریشانی ہے،الٰہی میرے گناہوں کی وجہ سے ہے۔خواجہ معروف کرخیؒ لوگوں کو تعویز دیتے تھے اوران کا تعویز بہت چلتا تھا اور معلوم ہے کہ کیا چیز لکھ کر دیتے تھے؟ لکھتے تھے الٰہی میرے گناہوں کی وجہ سے امت کو عذاب سے بچالے۔ میں توبہ کرتا ہوں۔یہی تعویز دیتے تھے اور ساتھ یہ بھی فرماتے تھے بھئی کھولنا نہیں ۔اسکو حضرت کے وصال کے بعد کسی نے کھول کر دیکھا تو یہی لکھا ہے دوسرے نے دیکھا تو یہی، تیسرے نے کھول کر دیکھا تو یہی۔انکا استغفار اوران کی ندامت اتنی اللہ جل شانہ کے ہاں قبول ہو چکی تھی کہ انکے استغفار اور ندامت پر میرارب دوسروں لوگوں پر آیا ہوا عذاب جوانکے گناہوں کے سبب تھا، وہ ٹال دیتا تھا۔تو فرمایا قرآن پاک کی ایک ایک سطر پر کیا پڑھے۔**نَسْتَغْفِرُکَ وَنَتُوْبُ اِلَیْکَ** بس یہ پڑھتا جائے ۔اپنے گناہوں اور ندامت پر استغفار بھی ہو اوراپنے مقصد کا تصور بھی ہو۔فرمایا ایک ختم ہو، تین ختم ہو، پانچ ختم ہو، حدسات ختم۔فرمایا کہ دنیا کا کوئی بھی کام ہے کہ پہاڑ بھی اپنی جگہ سے ہل جائیگا اور پھر فرمایا وہ مقصد زمین والوں سے ہے یا آسمان والے سے ہے۔فرمایا کوئی بھی مشکل ہے،اگر تیرے اندر ندامت سچی ہے تو اللہ فوری حل کر دیگا۔یہ حقیقت ہے کہ اس فقیر نے جس جس کو بھی یہ عمل بتایا ہے اوراس نے پورے خلوص سے یہ عمل کیا ہے یقین جانیئے اسکی بڑی تاثیر دیکھی ہے۔

قرآنِ کریم کو دیکھنا بھی نور ہے

قرآن کا دیکھنا ایک نور،اس پر انگلی پھیرنا دوسرا نور، اسکے ہر ہر لفظ کا اپنا نور ہے۔آپکو عجیب بات بتاؤں قرآن پاک کو صرف دیکھنا بھی نور ہے۔مجھے ایک صاحب کہنے لگے،قبر کھود رہے تھے کہ ساتھ والی قبر کھل گئی اسکے اندر میت پر پھول ہی پھول پڑے تھے تو اسکے بارے میں پوچھا یہ کون ہے؟انہوں نے کہا کوئی دیہاتی آدمی ہے بیچارہ سیدھا سادہ۔اسکو پتہ ہی نہیں تھا دین ایمان کیا ہوتا ہے؟اسکی اہلیہ بوڑھی تھی اس سے پوچھا کہ بھئی اس کا کوئی عمل بتاؤ جو یہ کرتا تھا۔کہنے لگی روزانہ قرآن پاک اٹھا تا تھا اور کہتا تھا جو لکھا ہے یہ سچ ہے یہ سچ ہے۔انگلیاں پھیرتا تھا اور کہتا تھا اللہ یہ سب سچ ہے پورا سب کچھ سچ ہے۔اس کے اس عمل نے اللہ جل شانہ سے اسکی اتنی بڑی مغفرت کروادی اور اتنا بڑا اللہ پاک نے اس کو اعزاز واکرام بخشا۔پھر عجیب بات فرمائی ۔فرمایا کہ جس کو کوئی غم نہیں جس کی کوئی مشکل نہیں،جس کی کوئی پریشانی نہیں وہ روزانہ معمول بنالے۔کچھ روزانہ قرآنِ پاک پڑھنے کا اور کچھ یہ ہی پڑھتا رہے اور یہ تصور کرے اللہ مجھے بھی غموں سے،پریشانیوں سے،مشکلات سے بچا۔اللہ میری نسلوں کو بچا۔فرمایا کہ جتنا منوالے گا حتیٰ کہ بعض نے 14 نسلیں منوا لیں اور بعض نے 5 نسلیں منوالیں۔اللہ نے نسلوں سے بھی غم،پریشانی اور مشکل کو ختم کردیا۔یہ ندامت اور توبہ ایسی چیز ہے۔

(جاری ہے)

ریفریجریٹر سے زیادہ فائدہ پانے کے گُر

خواتین کے لیے ریفریجریٹر سے بڑھ کر کوئی ساتھی نہیں...... ہفتہ بھر کا کھانا پکا کر محفوظ کرنے اور بوقت ضرورت نکال لینے کی سہولت۔مختلف تہواروں اور تقریبات کے موقع پر ریفریجریٹر یا ڈیپ فریزر سب سے اچھا ساتھی ثابت ہوتا ہے۔

(تحریر: سعدیہ ناز)

جدید سائنسی ایجادات کا سب سے بڑا کمال یہ ہے کہ یہ ہر گھر میں ایک فرد کی سی حیثیت اختیار کر چکی ہیں۔ ٹی وی، فون، گھریلو اور باورچی خانے کے استعمال کی بے شمار اشیا گھر گھر استعمال ہو رہی ہیں لیکن کسی خاتون خانہ سے اس کی پسندیدہ مشین پوچھی جائے تو اس کا فوری جواب ہوگا ''ریفریجریٹر'' اور کیوں نہ ہو، ایک گھریلو خاتون کی سب سے زیادہ مدد کرنے والا ریفریجریٹر سے بڑھ کر اور کون ہے؟ سبزیاں، پھل، آئس کریم، برف، گوشت اور بہت سی چیزیں کئی دنوں تک تازہ رکھنے میں ریفریجریٹر کا کردار بڑا اہم ہے۔

خوراک کو ٹھنڈی رکھنے سے اس میں جراثیم کی افزائش نہیں ہوتی اور وہ زیادہ عرصے تک تازہ رہتی ہے۔ دودھ کی مثال سامنے ہے۔بغیر ابالا ہوا دودھ، کمرے کے درجہ حرارت میں رکھنے سے جلد خراب ہو جاتا ہے جبکہ ریفریجریٹر میں یہ ایک ہفتہ تک چل جاتا ہے۔ اگر اسے برف کی شکل میں جما دیا جائے تو یہ مضر صحت جراثیم سے بالکل محفوظ ہو جاتا ہے اور مہینوں تک استعمال کے قابل رہتا ہے۔ اسی طرح پھل، گوشت، سبزیوں اور مشروبات وغیرہ کے ذائقے ریفریجریٹر میں محفوظ رہتے ہیں۔ ریفریجریٹر خریدنے سے قبل مختلف عوامل کا خیال رکھیے۔مثلاً خاندان کے افراد کی تعداد، طرز زندگی، باورچی خانے کی جسامت اور سب سے بڑھ کر بجٹ کی ضخامت! ملازمت پیشہ خواتین کے لیے ریفریجریٹر سے بڑھ کر کوئی ساتھی نہیں...... ہفتہ بھر کا کھانا پکا کر، محفوظ کرنے اور بوقت ضرورت نکال لینے کی سہولت کوئی ان خواتین سے پوچھے۔ مختلف تہواروں اور تقریبات کے موقع پر ریفریجریٹر یا ڈیپ فریزر سب سے اچھا ساتھی ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ مہمانوں کی آمد سے قبل کباب یا میٹھا بنا کر رکھنے اور بقرعید پر گوشت فریز کرنے کی سہولت رہتی ہے۔ آیئے ہم آپ کو اس مفید اور کار آمد ایجاد کے بارے میں گُر کی باتیں بتاتے ہیں۔

ریفریجریٹر یا ڈیپ فریزر کی جسامت کیوبک فٹ میں ناپی جاتی ہے۔ روایتی طور پر ریفریجریٹر میں تازہ غذا کا خانہ ایک تہائی ہوتا ہے۔ بڑے ریفریجریٹر کو زیادہ جگہ گھیرنے اور اضافی خرچے کے باعث زیادہ پسند نہیں کیا جاتا لہٰذا ایسی خواتین جو روزانہ کی بنیاد پر کھانا پکاتی ہوں، انہیں بڑے ریفریجریٹر کی ضرورت نہیں ہوتی۔ اکیلے رہنے والوں یا ملازمت پیشہ خواتین کے لیے ڈیپ فریزر اس لیے مفید ہیں کہ ان میں ہفتہ بھر کے پھل، پکے ہوئے کھانے اور سبزیاں بآسانی سما جاتے ہیں۔

ضروری ہدایات:

☆...... ماہرین کے مطابق اچھی کمپنیوں کے کارآمد اور دیرپا ریفریجریٹر اور فریزر بجلی کی بچت کرتے ہیں۔بجلی بچانے کے لیے بازار میں ایسے اسٹیبلائزر دستیاب ہوتے ہیں جو بجلی کے آنے جانے کا اثر آپ کے اوپر نہیں پڑنے دیتے، یوں اس کی عمر بڑھ جاتی ہے۔ ☆...... گھر کے پکے کھانوں یا گرم چیزوں کو ریفریجریٹر میں رکھنے سے قبل مکمل ٹھنڈا کر لیں ورنہ وہ اندر کا درجہ حرارت بڑھا دیں گے جس کی وجہ سے بجلی زیادہ خرچ ہوگی۔ ☆...... ریفریجریٹر کے تھرموسٹیٹ کو روزانہ دیکھتے رہیے۔ ریفریجریٹر کا اوسط درجہ حرارت صفر اور پانچ درجے سینٹی گریڈ کے درمیان ہونا چاہیے۔ ☆...... بازار سے تیار غذا یا پیکٹ لینے کی ضرورت میں اس کی آخری تاریخ استعمال ضرور دیکھ لیں۔ کیونکہ اس کے بعد وہ قابل استعمال نہیں رہتیں۔ ☆...... تیار کھانے یا بچے ہوئے کھانے دو دن کے اندر استعمال کر لینے چاہئیں۔ ☆...... اپنی صفائی کا خاص خیال رکھیں۔ کھانا تیار کرنے سے پہلے یا کوئی بھی کثیف کام کرنے کے بعد ہاتھ ضرور دھو لیں۔ پیٹ کی خرابی کا ایک اہم سبب بازار کے کھانے نہیں بلکہ صفائی کے اصولوں کا فقدان ہے۔ ☆...... ریفریجریٹر میں کھانے رکھنے کے لیے خانے بنے ہوئے ہوتے ہیں۔ چونکہ ٹھنڈی ہوا کثیف اور بھاری ہوتی ہے اور نیچے کی جانب بیٹھتی ہیں لہٰذا ایسی خوراک جس کے جلد خراب ہونے کا اندیشہ ہو، اسے نیچے کی جانب رکھیں یا پھر پیچھے کی طرف مثلاً کچے گوشت اور پکی ہوئی مرغی کو نیچے رکھنا چاہیے۔ ☆...... حفظان صحت کا ایک اصول یہ بھی ہے کہ کچی سبزیوں کو دیگر خوراک کے ساتھ ریفریجریٹر میں نہ رکھیے۔ دراصل مٹی کے ذرات میں غذائی زہر پیدا کرنے والے جراثیم ہوتے ہیں۔ ریفریجریٹر میں سبزیاں رکھنے کے خانے علیحدہ بنے ہوتے ہیں انہیں وہاں رکھیں۔ بہت زیادہ لپیٹ کر نہ رکھیں کیونکہ ریفریجریٹر میں موجود سرد ہوا جراثیم کو پنپنے نہیں دیتی۔ یہ بات اکثر مشاہدے میں آتی ہے کہ پھل اور سبزیاں اگر تھیلی میں بند کر کے ریفریجریٹر میں رکھے جائیں تو نمی پیدا ہوتی ہے اور ان میں جراثیم جنم لیتے ہیں ☆...... سبزیوں کو ریفریجریٹر میں رکھنے سے پہلے دھو کر خشک کر لیں تاکہ جراثیم پیدا نہ ہوں۔ ☆...... پھلوں اور سبزیوں کو ان کی اصلی حالت کے مطابق استعمال کریں یعنی انہیں باسی ہونے سے قبل ہی کھا لیں۔ ☆...... ریفریجریٹر میں رکھے ہوئے کچے پھل آہستہ آہستہ پکتے ہیں۔ گو کچھ پھل ریفریجریٹر میں اچھی حالت میں نہیں رہتے مثلاً ٹماٹر پلپلے ہو جاتے ہیں جبکہ انگور اپنا ذائقہ کھو دیتے ہیں۔ ☆...... گوشت کو کسی بند ڈبے مثلاً پلاسٹک کے ڈبے میں بند کر کے رکھیں۔ گوشت کو پہلے سے دھونے کی خاص ضرورت نہیں لیکن بعض لوگ گوشت میں خون کی وجہ سے اسے دھونا ضروری سمجھتے ہیں ☆...... اچھے پلاسٹک سے بنے ہوئے ڈبے استعمال کریں جن کے ڈھکن مضبوطی سے بند ہو جائیں۔ ایسے ڈبے جن سے آر پار دیکھا جا سکے، زیادہ مفید ہیں تاکہ ان میں سے کھانے کی حالت دیکھی جا سکے ☆...... ریفریجریٹر کو ہمیشہ ہموار سطح پر رکھیں۔ اگر ریفریجریٹر چوکی وغیرہ پر رکھا گیا ہے تو اسے بھی ہموار اور متوازن ہونا چاہیے۔ ☆...... ریفریجریٹر کو دیوار کے ساتھ لگا کر ہرگز نہ رکھیں۔ اتنا خلاء ہونا چاہیے کہ ریفریجریٹر سے نکلنے والی حرارت کا اخراج بآسانی ہو سکے۔

ریفریجریٹر کی صفائی:

اکثر اوقات ریفریجریٹر میں ناگوار بو آ جاتی ہے جو کھانوں کی مہک خراب کرتی ہے۔ پرانے طریقوں سے ریفریجریٹر کی صفائی کے سلسلے میں آج کل ایسے بہت سے محلول دستیاب ہیں جو موثر ہونے کے ساتھ دافع جراثیم بھی ہیں۔ ☆...... ریفریجریٹر یا فریزر میں عموماً برف کی تہہ بھی جم جاتی ہے۔ اگر آپ کے ریفریجریٹر میں برف جمنے سے روکنے والا (ڈی فراسٹ) نظام نہیں تو ریفریجریٹر کو رات بھر کے لیے بند کر دیں تاکہ اس کی برف خود بخود پگھل جائے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

آگ کے جلے کا زخم : شہد جلی ہوئی جگہ پر لگا دیں۔ زخم مندمل ہو جائے گا اور وہاں زخم کا نشان بھی نہ رہے گا۔

بیوی سے اچھی گفتگو، ہائی بلڈ پریشر سے نجات

شریک زندگی سے اچھی گفتگو انسان کے بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) کو کم کرتی ہے۔ جو لوگ اپنی زندگی کے آخری سالوں میں اپنے رفیق زندگی سے بچھڑ جاتے ہیں وہ جذباتی گھٹن کا شکار ہو کر عارضہ قلب میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

(انتخاب: حکیم محمد اصغر سراج۔ احمد پور شرقیہ)

پطرس بخاری اپنے ایک مضمون میں لکھتے ہیں ''دوستی پرانی ہو جائے تو خاموشی بھی مزہ دینے لگتی ہے''

بہت سے شادی شدہ جوڑے خصوصاً مرد کہتے ہیں کہ ''بیگم پرانی ہونے لگے تو اس سے بات کرنے سے بہتر ہے کہ خاموشی اختیار کر لی جائے کیونکہ جب بات کرنے کو دل ہی نہ چاہے تو کیا بات کی جائے اور باتیں بھی کریں تو کیا کریں کہ سب باتیں تو بہت پہلے ہی کر چکے ہوتے ہیں۔''

اگر آپ بھی یہی خیالات رکھتے ہیں تو پھر اپنے رویوں میں تبدیلی لائیں اور جان لیں کہ شریک زندگی سے گفتگو کرنا وقت کا زیاں نہیں بلکہ طبی لحاظ سے بھی بہت مفید ہے۔ کیا کہا میاں بیوی کی گفتگو کا طب سے کیا تعلق؟ ارے بھئی حیران نہ ہوں، ہم جو کہہ رہے ہیں بقائمی ہوش وحواس کہہ رہے ہیں اور اس میں لفظوں کا کوئی ہیر پھیر نہیں بلکہ جو بھی ہے سچ ہے بلکہ سو فیصد سچ اور یہ سچ خیال پر مبنی نہیں ہے بلکہ طبی سائنسدانوں نے اسے عقل کی کسوٹی اور عمل کے میزان پر تولا ہے اور پھر کہا ہے کہ ''شریک زندگی سے اچھی گفتگو انسان کے بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) کو کم کرتی ہے۔ جو لوگ اپنی زندگی کے آخری سالوں میں اپنے رفیق زندگی سے بچھڑ جاتے ہیں وہ جذباتی گھٹن کا شکار ہو کر عارضہ قلب میں ایسے دوسرے لوگوں کے مقابلے میں زیادہ مبتلا ہو جاتے ہیں کہ جن کے رفیق زندگی زندہ اور ان کے پاس ہوتے ہیں۔'' کہتے ہیں کہ شادی کے ابتدائی دنوں میں شوہر بولتے ہیں اور بیگمات صرف سنتی ہیں اور اس کے بعد بقایا ساری زندگی صرف بیویاں بولتی ہیں اور شوہر چپ چاپ سنتے ہیں لیکن اب جبکہ سائنسدان بھی کہہ رہے ہیں کہ میاں بیوی کے درمیان اچھی گفتگو جذباتی طور پر انسان پر خوشگوار اثر ڈالتی ہے اور اس کے طبی فوائد بھی ہیں۔ تو میں ان بیگموں کو جن کے شوہروں کو یہ شکوہ ہے کہ ''وہ'' بہت بولتی ہیں، انہیں یہی مشورہ دوں گا کہ بھئی اگر شوہر کی صحت عزیز ہے تو اس بے چارے کو بھی بولنے دیں۔ لیکن ساتھ ساتھ جو بیویاں شوہروں کے حاکمانہ رویے اور حکم چلانے کی عادت کے باعث ان کے سامنے ہاتھ جوڑ کر چپ چاپ دم سادھے کھڑی رہنے کی عادی ہیں تو میں ان شوہروں سے بھی یہی کہوں گا کہ اپنے بچوں کی ماں اور گھر کا چین وسکون عزیز ہے تو بیوی پر حکم چلانا چھوڑیں اور اسے خوفزدہ کر کے اپنی مردانگی کو تسلیم کروانے کی عادت بدلیں۔ بیوی سے نرم اور خوشگوار لہجے میں باتیں کریں اور ہلکے پھلکے موضوعات پر بات چیت کرتے رہیں۔ اس طرح بیوی جو بے چاری دن بھر آپ کے خوف میں مبتلا رہ کر ذہنی دباؤ کی مریضہ بن جاتی ہے اس کی بھی حالت سنبھلے گی۔

اگر چہ مغربی ممالک میں زندگی کے تمام شعبوں میں تحقیق کی عادت نے لوگوں کو بہت سے آرام وآسائش بخشے ہیں لیکن جس دلچسپ تحقیق کا تذکرہ میں نے اوپر کیا ہے، دیکھا جائے تو اس سے پاکستان کے سماجی ماحول میں رہنے والے شادی شدہ جوڑے بھی فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ بات تو صرف رویے میں تھوڑی سی تبدیلی لانے کی ہے۔ بات یوں ہے کہ کچھ عرصے قبل نیویارک کی اسٹیٹ یونیورسٹی کے طبی ماہرین اس سوال پر سوچنے لگے کہ جب خون کی رفتار میں اتار چڑھاؤ کا تعلق ماحول اور صورت حال سے ہے تو شادی شدہ لوگوں پر یہ چیز کس طرح اثر انداز ہوتی ہے؟ بس اس خیال کے آنے کی دیر تھی کہ کچھ طبی محققین سر جوڑ کر بیٹھے اور آخر کار اس نتیجے پر پہنچے کہ دیکھا جائے کہ شادی شدہ جوڑے آپس میں خوشگوار موڈ میں بات چیت کرتے ہیں تو اس کے خون کی گردش پر کیا اثرات پڑتے ہیں۔ اس کے علاوہ جب اجنبیوں سے بات کی جائے تو خون کی گردش کی کیا صورت (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

پیاز سے مختلف بیماریوں کا خاتمہ

امام رازیؒ کے بقول پیاز معدے کے لیے مقوی ہے۔ یہ جسم کو طاقت ور، چہرے کو پررونق اور عضلات کو قوی بناتا ہے۔

(تحریر: سیدہ عابدہ ادریس)

پیاز پودے کی جڑ ہے۔ یہ پوری دنیا میں مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔ مزاج کے اعتبار سے گرم وخشک بر رطوبت ہے۔ قرآن مجید میں اور احادیث مبارکہ میں اس کا ذکر ''بصل'' کے نام سے ہوا ہے۔ مصر، بھارت، بنگلہ دیش اور پاکستان میں وسیع پیمانے پر کاشت ہوتی ہے۔ عربی میں بصل، فارسی اور اردو میں پیاز، سندھی میں بصر اور انگریزی میں (Onion) کہتے ہیں۔ جدید تحقیق کے مطابق پیاز میں پروٹین 0.9%، کاربوہائیڈریٹس 8.9%، فیٹس 0.2%، چونا 0.5%، فولاد 7.5%، فاسفورس 0.5%، اور پانی کی مقدار 87.6% ہوتی ہے۔ نیز پیاز میں قدرتی طور پر وٹامنز بی اور سی کافی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ اس میں موجود وٹامن ''سی'' متعفن مواد کا خاتمہ کرتا ہے۔ اگر پیاز کو ہلکی آنچ پر پکائیں تو کچی پیاز کی نسبت اس میں وٹامنز کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ امام رازیؒ کے بقول پیاز معدے کے لیے مقوی ہے۔ یہ جسم کو طاقت ور، چہرے کو پررونق اور عضلات کو قوی بناتا ہے۔ فرانسیسی ڈاکٹر جارج کاکوفسکی نے اپنی رپورٹ میں بتایا کہ اس نے پیاز سے انجکشن تیار کر کے بہت سے مریضوں پر آزمائے تو وہ مریض خصوصاً سرطان کے مریض بالکل شفایاب ہو گئے۔ پیاز میں پائے جانے والا ایک مخصوص مادہ بدن کی انسولین کو دیر تک فعال رکھتا ہے۔ پیاز دوران خون کو تیز کرتا ہے۔ لیکوریا میں فائدہ مند ہے۔ اہل مصر قدیم زمانے سے لے کر اب تک پیاز بھون کر کھاتے ہیں یہ وہاں بطور ترکاری کھایا جاتا ہے۔ نامور مورخ ڈاکٹر ہیروڈ لکھتے ہیں کہ مجھے حیرانی ہے کہ مصر کے لوگ لیموں اور پیاز کی موجودگی میں امراض کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ کیسے ہوسکتا ہے؟ پیاز مرگی، سن سٹروک، ثقیل سماعت، آنکھوں کی خارش، نکسیر، ہیضہ، خناق، نزلہ وزکام، نمونیا، غرض بے شمار بیماریوں کے لیے تیر بہدف ہے۔ دمہ میں شہد اور پیاز کے پانی کو ملا کر ایک ماہ تک صبح وشام ایک کپ دیں۔ مرگی سے نجات کے لیے پیاز گھوٹ کر 3 کپ پانی ایک (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

قطب آیت کا فائدہ نمبر 1: اول یہ کہ جو شخص بعد فجر ہر دن چالیس مرتبہ پڑھے گا جو کچھ اللہ تعالیٰ سے مانگے گا پالے گا۔

لمبے سجدے سے افسردگی کا خاتمہ

نمازی آدمی کے چہرے پر تازگی رہتی ہے کیونکہ نماز اور سجدے کی وجہ سے اس کی تمام شریانوں میں خون رہتا ہے اور جو نماز نہیں پڑھتے ان کے چہرے پر ایک افسردگی سی پھیلی رہتی ہے (انتخاب: ڈاکٹر غلام مصطفےٰ۔ لاہور)

ایک دفعہ میری واشنگٹن میں ایک ڈاکٹر سے ملاقات ہوئی۔ وہ کہتا تھا میرا دل کرتا ہے کہ سارے ملک میں نماز لاگو کردوں۔ میں نے پوچھا وہ کیوں بھئی؟ کہنے لگا اگر انسان کے جسم کی فزیالوجی (Physiology) کو دیکھا جائے تو انسان کا دل وہ پمپ ہے جو خون کو لے بھی رہا ہے، وہ Input بھی ہے اور Output بھی دے رہا ہے۔ سارے جسم میں تازہ Fresh خون جار ہا ہوتا ہے اور دوسرا واپس آرہا ہوتا ہے۔ اس نے کہا کہ جب انسان بیٹھا ہوتا ہے یا کھڑا ہوتا ہے تو جو جسم کے نیچے والے حصوں میں پریشر نسبتاً زیادہ ہوتا ہے۔

کہنے لگا سمجھنے کیلئے مثلاً تین منزلہ عمارت ہو اور نیچے پمپ لگا ہو تو نیچے تو پانی ہوگا اور دوسری منزل پر بھی کچھ پانی پہنچ جائے گا اور تیسری منزل پر پانی بالکل نہیں پہنچے گا حالانکہ وہی پمپ ہے جو نیچے مکمل پانی دے رہا ہے لیکن تیسری منزل کو بالکل پانی نہیں دے رہا، کہنے لگا کیونکہ پمپ پانی تو دے رہا ہے لیکن اس کا ہیڈ (Head) اتنا نہیں ہے کہ وہ پانی کو مطلوبہ جگہ پہنچا سکے۔ اگر اسی مثال کو سامنے رکھتے ہوئے یہ سوچیں تو انسان کا دل خون پمپ کر رہا ہے اور یہ خون نیچے کے اعضاء میں بالکل پہنچ رہا ہے، ہر جگہ پر، لیکن جو اوپر کے اعضاء ہیں ان میں اتنا نہیں پہنچ رہا ہوتا، جب کوئی ایسی صورت آتی ہے کہ انسان کا سر نیچے ہوتا ہے اور دل اوپر ہوتا ہے تو خون سر کے اندر بھی Flooded ہو کر پہنچتا ہے۔ مثلاً جب انسان نماز کے سجدے میں جاتا ہے تو محسوس کرتا ہے کہ جیسے پورے چہرے میں گویا خون بھر گیا ہے۔ آدمی سجدہ تھوڑا سا لمبا کرے تو محسوس کرتا ہے کہ چہرے کی باریک رگوں تک مکمل خون پہنچتا گیا ہے۔ تو ڈاکٹر کہنے لگا عام طور پر انسان یا بیٹھا ہوتا ہے یا کھڑا ہوتا ہے یا لیٹا ہوتا ہے۔ بیٹھے، کھڑے اور لیٹے انسان کا دل نیچے ہی ہوتا ہے اور سر اوپر ہوتا ہے۔ کہنے لگا ایک ہی ایسی صورت ہے کہ نماز میں جب انسان سجدے میں جاتا ہے یا پھر دوسری صورت یہ ہے کہ انسان الٹا سر کے بل کھڑا ہو اور یہ مشکل ہے۔ نمازی آدمی کے چہرے پر تازگی رہتی ہے کیونکہ نماز اور سجدے کی وجہ سے اس کی تمام شریانوں میں خون رہتا ہے اور جو نماز نہیں پڑھتے ان کے چہرے پر ایک افسردگی سی پھیلی رہتی ہے۔

قرآنی آیات سے گردے اور پتھری کا علاج

میری باجی کا کراچی سے ابو کو فون آیا۔ روہانسی ہو کر بول رہی تھیں۔ ابو نے دلاسہ دیا اور پوچھا کیا بات ہے۔ بتایا کہ پتے میں پتھری ہوگئی ہے۔ اس کی وجہ سے بہت درد ہو رہا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ آپریشن ہوگا۔ یہ سن کر ابو بھی پریشان سے ہوگئے۔ کیوں کہ پتے کے آپریشن کا مطلب یہ تھا کہ وہ پتہ سرے سے نکال دیتے ہیں اور اللہ پاک نے انسانی جسم میں کوئی چیز فالتو تو بنائی نہیں۔ پھر ابو جان نے پوچھا کہ اس وقت کیا علاج ہے۔ کہنے لگیں کہ ڈاکٹر کی دوائی تو کھا رہی ہوں اور جو دعاؤں کی کتاب آپ نے دی تھی اس میں سے سورۃ بقرہ کی آیت نمبر 74 پتہ اور گردہ کی پتھری کے لیے ہے وہ پانی پر دم کر کے پی رہی ہوں۔ ابو کو تسلی ہوئی اور کہا کہ اول آخر تین تین دفعہ درود شریف ضرور پڑھنا۔ نماز کی پوری پابندی رہے۔ (سورۃ بقرہ کی آیت نمبر 74)

"وَاِنَّ مِنَ الْحِجَارَةِ لَمَا يَتَفَجَّرُ مِنْهُ الْاَنْهٰرُ ؕ وَاِنَّ مِنْهَا لَمَا يَشَّقَّقُ فَيَخْرُجُ مِنْهُ الْمَآءُ ؕ وَاِنَّ مِنْهَا لَمَا يَهْبِطُ مِنْ خَشْيَةِ اللّٰهِ ؕ وَمَا اللّٰهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُوْنَ"

تقریباً بیس روز بعد باجی کا فون آیا بہت ہی خوش تھیں کہنے لگیں کہ حذیفہ (ان کے بیٹے کا نام) بیمار تھا۔ اس کو لیکر اسپتال گئی تو وہاں اپنا بھی چیک اپ کرایا۔ تو ڈاکٹر نے کہا بی بی اس وقت تو پتھری وغیرہ کا نام و نشان نہیں ہے۔ پھر میں نے اپنی پچھلی رپوٹیں دکھائیں تو بہت حیران ہوئے۔ ہمارے نبی کریم ﷺ نے مختلف حالات میں پڑھنے کے لیے جو دعائیں بتائی ہیں، بزرگوں سے پوچھ کر حسب احوال اللہ کی مدد کو اُتروانا چاہیے۔ (مرسلہ: ماریہ منصور۔ لاہور)

میت کو آگ نہ لگی

ہندو (ملکھا) مسلمانوں کا خیال زیادہ رکھتا تھا، اس کا رجحان مسلمان ہونے کی طرف تھا (تحریر: شفیق الرحمٰن، علی پور)

یہ واقعہ پاکستان بننے سے تقریباً پندرہ سال پہلے کا ہے۔ ہمارے بزرگ بتاتے ہیں کہ اس وقت مسلمان اور ہندو اکٹھے رہتے تھے اس زمانے میں ایک ہندو تھا جس کا نام ملکھا تھا وہ بہت سخی اور خدا ترس آدمی تھا۔ اللہ کی مخلوق کو بہت کھلاتا پلاتا تھا۔ اسکے لنگر سارا دن اللہ کی مخلوق کے لیے چلتے تھے۔ مسلمانوں کے پاس اسوقت اناج کی کمی ہوتی تھی۔ زمینیں چونکہ اکثر ہندوؤں کی ہوتی تھیں اور مسلمان ان کی زمینوں پر مزدوری کرتے تھے اور اپنا گزر بسر کرتے۔ (ملکھا) مسلمانوں کا خیال زیادہ رکھتا تھا، اس کا رجحان مسلمان ہونے کی طرف تھا مگر اپنی برادری کے خوف سے مسلمان نہیں ہوتا تھا۔ اسے کبھی کبھی چوری نماز پڑھتے بھی دیکھا جاتا تھا۔ اس کی سخاوت کا سن کر دور دور سے لوگ آتے اور اس کی سخاوت سے مدد حاصل کرتے۔ کھانے پکا کر بھی کھلاتا تھا اور کچا اناج بھی دیتا تھا۔ جب اس کی موت کا وقت آیا تو ہمارے وہ بزرگ جو اس وقت موجود تھے انہوں نے اس سے کہا (ملکھے سے) کہ کلمہ پڑھ لو سیدھے جنت میں جاؤ گے۔ اس کے اپنے رشتہ دار وغیرہ بھی پاس تھے اس نے ان کی وجہ سے نہ پڑھا کہ مجھے بزدل کہیں گے۔ ہمارے بزرگوں نے کہا چپکے سے ہمارے کان میں پڑھ۔ اس نے کہا نہیں مجھ سے برادری والے کہیں گے کہ یہ موت سے اور اس کے بعد کی زندگی سے ڈر گیا ہے۔ بہر حال اس نے کلمہ نہ پڑھا اور اسی طرح دنیا سے رخصت ہوگیا۔ جب اسے جلانے کا وقت آیا تو اس کے عزیز و اقارب نے اس کے جسم کو جلانے کی بہت کوشش کی لیکن اس کا جسم جل کر راکھ نہ بن سکا۔ اسے بار بار جلانے کی کوشش کی گئی اس کا جسم جھلس تو گیا مگر اوروں کی طرح راکھ نہ بن سکا۔ آخر اسے دفنا دیا گیا۔ سخاوت اور خدا کی مخلوق سے ہمدردی کا نتیجہ آپ نے دیکھا، اس نے اپنے دل میں کلمہ پڑھا ہو یا نہ پڑھا ہو یہ بات یا وہ جانتا ہے یا اللہ جانتا ہے۔ اس کی دوسری دنیا کا حال بھی اللہ ہی کو معلوم ہے مگر دنیا میں اللہ نے اس کے جسم کو جلنے سے محفوظ رکھا تا کہ لوگوں کو پتہ چلے کہ سخاوت اور ہمدردی مخلوق کا کیا اجر ملتا ہے۔ ہمیں بھی بخل چھوڑ کر سخاوت کو اپنانا چاہیے اور اللہ کی مخلوق سے ہمدردی کرنی چاہیے۔

ورزش کے بغیر خوشگوار زندگی ناممکن

ماہرین کی رائے ہے کہ دن میں کم از کم نصف گھنٹہ پیدل چلنا ہر صحت مند آدمی کے لیے خواہ کسی عمر کا ہو، ضروری ہے۔ اس کا بہتر متبادل، کھیل یا ہلکی ورزش ہوسکتی ہے۔ ہلکی ورزش ہڈیوں کی قبل از وقت کمزوری کا بہترین تدارک ہے۔

(مراسلہ: رانا غلام فرید، چیچہ وطنی)

اکثر لوگ ورزش کے نام سے بری طرح گھبراتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ان کے خیال میں یہ نہایت مشکل اور غیر دلچسپ کام بلکہ مشقت ہے۔ اگر ان سے ورزش کرنے کے لیے کہا جائے تو وہ طرح طرح کے بہانے کرتے ہیں۔ مثلاً چوٹ لگنے کا ڈر، جسمانی نقاہت یا کوئی اور عذر مثلاً موسم کی خرابی یعنی سردی ہے یا بہت گرمی ہے، تھکن کا بہانا، مصروفیات کا عذر اور کام کی زیادتی وغیرہ۔ یہ مانا کہ ورزش کے لیے دن کا بہت ہی تھوڑا سا وقت ضرور صرف ہوتا ہے لیکن غور کرنا چاہیے کہ یہ تھوڑا سا وقت زندگی بھر کتنے فوائد اور برکتیں لاتا ہے۔ یہ زندگی بھر کام آتا ہے۔ بعض لوگوں کا یہ خیال بھی ہے کہ ورزش کرنے سے جسم میں درد ہوتا ہے اور پسینا بہت آتا ہے۔ اگر ورزش ڈھنگ سے اور باقاعدہ کی جائے تو نہ صرف یہ صحت کے لیے بہت مفید ہے بلکہ یہ جسمانی فرحت اور لطف و تازگی کا باعث ہوتی ہے۔ اگر آپ غور کریں تو ورزش کا مقصد جسم کو چست رکھنا ہے۔ گویا یہ زندگی، فطرت اور جسم کی ایک قدرتی حالت ہے۔ چلنا پھرنا، دوڑنا، کھیلنا، تیرنا، کودنا، اچھلنا اور محنت کرنا نیز وزن اٹھانا زندگی کے صحت مند معمولات ہیں اور یہی بس ورزش ہے۔ فرق صرف جسم کو بہتر طور پر تیار اور چست رکھنے کا ہے۔

ورزش ہانپنے اور پسینا بہانے کا نام نہیں۔ اسے آپ دلچسپ بھی بنا سکتے ہیں۔ یہ ہلکی پھلکی ورزشیں آپ کی پسند کی ہوسکتی ہیں اور آپ ان میں سے کسی کا انتخاب کر سکتے ہیں۔ ان کو آپ بطور تفریح یا کھیل بھی اپنا سکتے ہیں۔ نیدر لینڈ میں ریسرچ کرنے والوں نے معلوم کیا ہے کہ ورزش سے جسم میں ایک خاص طرح کی لچک پیدا ہوتی ہے۔ جو اسے زیادہ فعال، متحرک اور طاقت ور بناتی ہے۔ نہ صرف یہ بلکہ دورانِ خون میں بھی ہم آہنگی پیدا ہوتی ہے۔ جو جسمانی فرحت اور خوش مزاجی کا باعث ہوتی ہے۔ یہی سبب ہے کہ کسی طرح کی جسمانی محنت نہ کرنے والے لوگوں کے مقابلے میں محنت مشقت کرنے والے اور ورزشی لوگ زیادہ خوش مزاج ہوتے ہیں۔ ورزش کا ایک بڑا اور عام فائدہ شریانوں میں خون کی صاف اور بلا رکاوٹ روانی، قلب اور پھیپڑوں کی صحت اور عمدہ کارکردگی، ہڈیوں کی مضبوطی، نظام ہضم کی فعالیت اور جسمانی نشوونما ہے۔

ماہرین نے معلوم کیا ہے کہ ورزش خاص طور پر امراض قلب سے بچاتی ہے۔ اگر آپ کوئی باقاعدہ لگی بندھی ورزش نہ کرنی چاہیں تو بھی آپ کے لیے متعدد مفید راستے کھلے ہیں مثلاً

(1) کوئی کھیل (کھلے میدان میں) (2) چہل قدمی

(3) پیراکی (4) باغ یا تھوڑی بہت کاشت کاری

(5) سائیکل سواری

ریسرچ کرنے والوں نے معلوم کیا ہے کہ ایک گروپ میں جو ہلکی ورزش، بھاگ دوڑ، کھیل کود یا پیدل چلنے کی مشقیں کرتا تھا، بالکل ورزشیں نہ کرنے والوں کے مقابلے میں شریانیں صاف اور بہتر پائی گئیں اور ان کے خون میں کولیسٹرول کی مقدار بہت کم اور خطرے کی حد سے کہیں نیچی تھی۔ ان میں سے کچھ لوگ سائیکل چلاتے یا باغ بانی کرتے تھے۔ اس گروپ کے برعکس ایک درمیانہ گروپ زیر تحقیق رہا جو کبھی کبھار ورزش یا پیدل چلتا تھا۔ اس میں کولیسٹرول کی سطح بہر حال خطرے کی حد سے تو کم تھی لیکن اس میں اضافے کا کافی امکان تھا۔

ماہرین کا ورزش کے سلسلے میں ہمیشہ یہ مشورہ رہا ہے کہ ورزش جسم پر بار نہ ہو بلکہ جسم کی قوت کے مطابق ہو ورنہ اس سے خود قلب اور پھیپڑوں پر خطرناک پڑ سکتا ہے، خاص طور پر ادھیڑ عمر کے لوگوں کے لیے بہترین ورزش پیدل چلنا، باغ بانی یا سائیکل چلانا ہے۔ ان ماہرین کی رائے ہے کہ دن میں کم از کم نصف گھنٹہ پیدل چلنا ہر صحت مند آدمی کے لیے خواہ کسی عمر کا ہو، ضروری ہے۔ اس کا بہتر متبادل، کھیل یا ہلکی ورزش ہوسکتی ہے۔ یونیورسٹی آف وسکنسن کے ڈاکٹر ایورت اسمتھ نے طویل تحقیق سے ثابت کیا ہے کہ ہلکی ورزش ہڈیوں کی قبل از وقت کمزوری کا بہترین تدارک ہے۔

ایک اور گروپ پر ورزش کے اثرات کی تحقیق کی گئی تو پتا چلا کہ ان میں سے بیشتر کا خون کا دباؤ اور قلب کی دھڑکن زیادہ ہوگئی تھی۔ ان ماہرین نے یہ بھی معلوم کیا کہ ورزش سے نہ صرف ان کی عمومی صحت بہتر ہوگئی بلکہ ان میں خوش مزاجی، سماجی میل جول کی عادت بھی پیدا ہوئی۔ اس سے قبل یہ لوگ قنوطی طرز فکر رکھتے تھے اور سماجی طور پر الگ تھلگ رہتے تھے۔ ڈاکٹر اسمتھ نے تحقیق سے یہ بھی معلوم کیا کہ ورزش ہر عمر کے آدمی کے لیے موزوں ہے۔ ان کے مشورے سے کئی معمر افراد نے ورزش شروع کی اور ان کی صحت اور کارکردگی بہتر ہوگئی۔ ان کا کہنا ہے کہ ورزش فطری جسمانی صلاحیت اور برداشت کے مطابق ہونی چاہیے۔ انہوں نے آٹھ مختلف قسم کی ورزشیں تجویز کی ہیں۔ جنہیں وہ ہر عمر کی ''آسان ورزشیں'' قرار دیتے ہیں۔

پیراکی: عضلات اور پھیپڑوں کے لیے بہترین ورزش ہے۔ اس سے قلب کو آرام اور تقویت ملتی ہے اور پیراکی کے دوران ہڈیوں کے جوڑ مضبوط ہوتے ہیں۔ جسم میں لچک آتی ہے۔

پیدل چلنا: سب سے آسان اور فطری ورزش ہے۔ بچپن سے بڑھاپے تک ہر شخص بہ آسانی کر سکتا ہے، لیکن بطور عادت اختیار کرنا جسمانی بہتری کے لیے ضروری ہے۔ یہ دورانِ خون، قلب، پھیپڑوں اور عضلات کے لیے بے حد مفید اور ضروری ہے۔ چلتے ہوئے سر بلند، سینہ آگے کو نکلا ہوا اور گردن سیدھی رہنی چاہیے۔

باغ بانی: تفریح بھی ہے اور ورزش بھی ہے۔ پھر اس سے عمدہ سبزیاں، ترکاریاں، پھل وغیرہ بھی فاضل وقت میں کاشت کیے جا سکتے ہیں۔ یہ ورزش یا تفریح موسم پر منحصر ہے۔ مثلاً برسات یا سخت سردی میں اس پر توجہ مشکل ہوگی۔ باغ بانی یا کھیتی باڑی کرنا، آگے کی طرف جھکنا وغیرہ عضلات کو قوی بنانے کے باعث اور دورانِ خون میں یکسانیت کے محرک ہوتے ہیں۔ یہ قوتِ ہاضمہ کو تیز کرتے ہیں اور کھلی ہوا کی آکسیجن عمدگی کے ساتھ پھیپڑوں کے ذریعے سے خون میں شامل ہوتی ہے، جس سے بے شمار فائدے ہوتے ہیں۔ یہ شغل کمر کی ہڈیوں اور عضلات کے لیے بہت مفید ہے۔

یوگا: یہ ایک قدیم نظام ورزش ہے۔ اس سے جسم کے تمام حصوں کو بیک وقت فائدہ پہنچتا ہے، حتیٰ کہ جلد، بالوں اور دماغ تک کے لیے مفید ہے۔ یوگا کی قدیم ورزشوں کے ۸۷ آسن ہیں اور کہا جاتا ہے کہ ان میں سے ہر ایک کا اپنا جداگانہ فائدہ ہے۔ سب سے اہم بات یوگا کی یہ ہے کہ یہ قلب، دماغ اور جسم میں مکمل ہم آہنگی پیدا کرتی اور ان کو مربوط طور پر فعال کرتی ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

عمل بقدر طاقت کی اہمیت: عمل بقدر طاقت کرو۔ خدا کی قسم خدا تعالیٰ ملول نہیں ہوتا، تم ہی ملول ہو جاؤ گے

بچوں کی صحیح تربیت کیسے ہو؟

تحریر: احمد رضا خان اعوان

بچے دنگا فساد کیوں کرتے ہیں؟ اصل میں اس کی وجہ بڑوں کی عزت میں کمی ہے۔ بڑوں کی عزت بچوں پر لازم ہونی چاہیے۔ انہیں بڑوں کی عزت واحترام کا احساس دلائیے اور بچوں کو دوسری تعلیم کے ساتھ ساتھ دینی تعلیم ضرور دیجئے۔

اخبارات کی چیختی سرخیاں اس حقیقت کو آشکار کرتی ہیں کہ ہمارے شہری اور دیہاتی علاقوں میں جرائم روز کا معمول بن گئے ہیں۔ زیادہ حیرت کی بات یہ ہے کہ اکثر یہ جرائم ۸ سال سے ۱۸ سال کی عمر تک کے نوجوان کرتے ہیں۔ یہ بے راہ رو نوجوان دنگا فساد اور قتل و غارت پر اتر آتے ہیں اور تو اور کھاتے پیتے گھرانوں کے نوجوان بھی ڈکیتیوں اور گینگ ریپ جیسی قبیح وارداتوں میں ملوث ہو رہے ہیں۔ سوال یہ ہے کہ ایسا کیوں ہو رہا ہے؟ اس کی اصل وجہ یہ ہے کہ بہت سے والدین اپنے بچوں کی صحیح تربیت سے غفلت برت رہے ہیں۔ بچوں کو صحیح راہ کی طرف لے جانا اتنا آسان نہیں جبکہ ان کے اردگرد تمام اسباب انہیں برائی کی طرف مائل کرتے ہوں۔ اکثر ایسے بچے اپنی ان ماؤں کے ساتھ رہتے ہیں جو شاید بے ہنر اور بے روزگار ہیں اور ان کے والد انہیں چھوڑ دیتے ہیں۔ معاشرے میں گلیاں بڑی رحم استاد ہوتی ہیں۔ وہ بچوں کو ہوشیار، مشکوک اور باغی بناتی ہیں۔ گلیوں کے تربیت و تعلیم یافتہ نوجوان جھگڑے، چوری کرنے، جیب کاٹنے اور قتل کرنے میں مہارت اختیار کرتے ہیں۔ ان گلیوں کے پروفیسر کونوں میں کھڑے ہو کر نوجوانوں کو کامیاب زندگی کا جھانسہ دیتے ہیں۔ یہ وہ حالات وواقعات ہیں جن میں شہری اور دیہاتی بچے پرورش کی منازل طے کرتے ہیں۔ ان منفی کیفیات کے باوجود یہ امکان موجود ہے کہ بچوں کو صحیح تربیت دے کر اچھا انسان بنایا جائے۔ ہزاروں والدین ان چیلنجوں کا مقابلہ بڑی کامیابی سے کر رہے ہیں اور ان کے بچے اسی ماحول میں پرورش پانے کے باوجود ذمے دار باعزت اور کامیاب نوجوان ثابت ہوتے ہیں۔

اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچے اچھے ہوں۔ تو پہلے آپ خود اچھے بنیں۔ آپ کو خود بھی ایسے ہی بننا چاہئے جیسے اپنے بچوں کو بنانا چاہتے ہیں۔ بچے بہت بڑے نقال ہوتے ہیں۔ وہ ہماری ہر طرح کی عادت اپناتے ہیں اور امی ابو بن کر کھیلتے ہیں۔ جیسے جیسے وہ بڑے ہوتے جاتے ہیں، ان کا یہ کردار حقیقت میں ڈھلتا چلا جاتا ہے اگر آپ دھوکا دینے اور جھوٹ بولتے ہیں تو اپنے بچے کو جھوٹ بولنے اور چوری میں ملوث ہونے سے نہیں روک سکتے۔ اگر آپ غیر مہذب زبان استعمال کرتے ہیں تو پھر اپنے بچے کے دوسروں سے گندی زبان میں گفتگو کرنے میں آپ کو دکھ نہیں ہونا چاہیے۔ اگر آپ خود با کردار نہیں تو پھر آپ کی بیٹی یا بیٹا جنسی بے راہ روی کا شکار ہو تو آپ ان سے کیا کہہ سکتے ہیں۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچے غلط راہ پر نہ چلیں تو آپ کو ان کے سامنے بہتر کردار پیش کرنا چاہیے۔ صرف باتیں کرنے کی بجائے اچھا عملی نمونہ دکھانا چاہیے۔

یہ بات ذہن میں رکھیں کہ آپ کے بچے کی زندگی سے زیادہ اور کوئی چیز اہمیت کی حامل نہیں۔ آپ دوستوں کے ساتھ سیر و تفریح میں وقت گزارتے ہیں مگر اپنے بچوں کے لیے آپ کے پاس کوئی وقت نہیں تو نتیجہ یہ ہوگا کہ وہ من مانے راستے پر چلیں گے۔ بچے ہمارا مستقبل ہیں اور ہمیں ان کے بہتر مستقبل کے لیے اپنی ذمے داریوں کو احسن طریقے سے نبھانا چاہیے۔ شاید آپ کو اس بات کا اندازہ نہیں کہ اللہ تعالیٰ نے بچوں کی تربیت کرنے میں آپ پر بڑی بھاری ذمہ داری ڈالی ہے۔ جان لیجئے کہ اللہ نے بچوں کو ان کی پرورش کے لیے بطور امانت آپ کے پاس بھیجا ہے۔ قدرت نے بچوں کو لاتعداد صلاحیتوں سے نوازا ہے۔ آپ کے بچوں کی زندگی کی ترتیب آپ کے ہاتھوں میں ہے اور اللہ تعالیٰ نے آپ کو اس کا ذمے دار ٹھہرایا ہے، لہٰذا مصمم ارادہ کر کے بچوں کی زندگی بہتر بنانے کی جنگ میں کامیابی حاصل کریں۔

آپ کے گھر میں مثبت سرگرمیوں کے اثرات موجود ہیں تو آپ کے بچے بھی ان سے متاثر ہوں گے لہذا اپنے گھر میں ہمیشہ مثبت سرگرمیوں کو فروغ دیجئے۔ اپنے بچوں کے لیے دن کا کچھ حصہ وقف کریں اور انہیں پوری اہمیت دیجئے۔ اس باہمی ملاقات کے دوران انہیں بے تکلفی اختیار کرنے کا موقع دیجئے۔ شاید آپ کو ایسا کرنے میں کچھ مشکلات کا سامنا کرنا پڑے۔ دادا، دادی اور دوسرے قریبی رشتہ داروں کو بھی بچوں کی پرورش میں اپنا مددگار بنائیے۔ ماں کو بچوں کی تربیت کے لیے باپ کے تعاون کی خاص طور پر ضرورت ہوتی ہے، نیز اجتماعی خاندان میں بچوں کی تربیت کامیابی سے کی جا سکتی ہے۔ آپ بچوں کو باور کرا سکتے ہیں کہ اچھے اور برے دوست کی پہچان کیا ہے؟ کبھی آپ نے غور کیا کہ بچے کیوں دنگا فساد کرتے ہیں۔ اصل میں اس کی وجہ بڑوں کی عزت میں کمی ہے۔ بڑوں کی عزت بچوں پر لازم ہونی چاہیے۔ انہیں بڑوں کی عزت واحترام کا احساس دلائیے۔

بچوں کو دوسری تعلیم کے ساتھ ساتھ دینی تعلیم دیجئے۔ انہیں اللہ تعالیٰ سے رشتہ قائم کرنے کے لیے عبادات کی طرف راغب کیجئے اور انہیں بتائیے کہ مسائل کے حل کے لیے اللہ تعالیٰ سے رجوع کریں۔ اس طرح انہیں جلد ہی احساس ہو جائے گا کہ اللہ ان کا دوست ہے جو سب سے زیادہ ان کے قریب ہے۔ لاتعداد برائیوں سے فقط اللہ کی طرف رجوع کرنے ہی سے بچا جا سکتا ہے۔ بچوں کو تصویر کا دوسرا رخ بھی دکھائیے کہ نافرمانی کے نتائج کیا ہوتے ہیں۔ اگر بچے اللہ تعالیٰ کے احکامات کے مطابق زندگی بسر کریں گے تو انہیں زندگی میں کامیابی اور کامرانی نصیب ہوگی۔ جو انہیں اپنے ہم جولیوں میں نمایاں مقام عطا کرے گی۔ بچوں کی زندگی با مقصد بنانے اور صلاحیتوں کو اجاگر کرنے کے لیے ان کی حوصلہ افزائی کیجئے کہ وہ اچھے شہری بنیں۔ اگر آپ ان باتوں پر عمل کریں گے تو آپ کے بچے معاشرے کے لیے روشنی کا مینار ثابت ہوں گے۔ آج ہی سے اپنے بچوں کی صحیح تربیت شروع کر دیجئے اور یاد رکھیے صرف آپ ہی اس آلودہ ماحول میں اپنے بچوں کی صحیح تربیت کر سکتے ہیں۔

تحفہ خاص (اکسیر برائے اولاد نرینہ)

صرف ایام حمل میں ایک بار کے استعمال سے شرطیہ لڑکا ہو گا۔ (ان شاء اللہ)

نسخہ: (1) قلب الحجر ایک ماشہ (2) ٹکی پر مور ایک عدد ان دونوں کو باریک پیس کر دودھ کے ساتھ دیں۔ فائدہ ہوگا

ترکیب استعمال: حمل کے دوسرے ماہ کے آغاز میں دیویں۔ (مراسلہ: محمد ایوب شاہد لتھڑا۔ تحصیل تونسہ شریف)

قوت خاص سے مایوسی اور بواسیر کا خاتمہ

بواسیر اور بھگندر پھوڑے کے علاج کے لیے دنیا میں Daflon Tablets سے بہتر کوئی دوائی اس وقت تک منظر عام پر نہیں آئی۔ میں نے صرف تین گولیاں کھائیں اور اپنے آپ کو بہتر محسوس کرنے لگا

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

مایوس قوت کا مریض کیسے صحت یاب ہوا؟

تین سال قبل بندہ نقیر نے (قلعی) قلمی شورہ، پارہ والی گولیاں بنائی جوکہ عام حکیم صاحبان کے مطب میں ہوا کرتی ہیں۔ اس میں بندہ سے غلطی کے ساتھ برتن والا جست معمولی مقدار میں شامل ہوگیا تھا۔ جس کا نقصان ہونے کے بعد علم ہوا لیکن اس نقصان کا جب علم ہوا تو پچھتاوے کے سوا بندے سے کچھ نہ ہوسکا۔ بندہ نے ایک مریض کو 8 خوراکیں دیں جوکہ کمزوری کا شکار ہوگیا تھا۔ میں نے بھی چار خوراکیں ایک ایک رتی کے حساب سے خود بھی کھائیں تو میں خود بھی کمزوری کا شکار ہوگیا ہوں۔ جس مریض کو استعمال کرائی اس کی عمر تقریباً 30/35 سال ہوگی لیکن بندہ کی عمر تقریباً پچاس سال کے لگ بھگ ہے اپنی کمزوری دور کرنے کے لئے تیار کردہ نسخے کافی استعمال کیے لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ بلکہ زیادہ استعمال کرنے سے سوزاک کی شکایت ہونے لگی تو بندہ نے ان کو چھوڑ دیا۔ ایک حکیم صاحب سے مشورہ کیا ان سے فائدہ نہ ہوا حالانکہ میں نے حکیم صاحب کو بتایا تھا کہ گرم خشک نسخہ جات کام نہیں کرتے پھر بھی انہوں نے وہی کیپسول تجویز کیے جوکہ گرم خشک تھے جن کا بڑا جزو شنگرف تھا لہٰذا کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ اس کے بعد ایک دوست حکیم نے لاہور کے ایک حکیم طارق محمود صاحب کا صرف فون نمبر دیا پتہ نہ بتایا اور کہا کہ ان سے رابطہ کریں مسئلہ حل ہوجائے گا۔ بندہ نے ان سے رابطہ کیا اللہ تعالیٰ ان کو خوش رکھے کہ انہوں نے کچھ صحیح مشورہ دیا۔ حکیم صاحب نے فرمایا کہ زرشک ایک تولہ صبح ایک دوپہر ایک شام ایک پاؤ پانی میں جوش دیکر پئیں ان کو بندہ نے تقریباً ایک ماہ استعمال کیا ان سے تقریباً 90 فیصد فائدہ ہوا۔ (تحریر: امان اللہ۔ ڈیرہ غازی خان)

چند یوم میں بواسیر کا خاتمہ:

میں پہلے بادی بواسیر کا مریض تھا۔ پھر خونی بواسیر شروع ہوگئی۔ اس کے بعد بھگندر پھوڑے نے رہی سہی کسر نکال دی۔ جینا دوبھر ہوگیا۔ کرسی پر بیٹھتا یا موٹر سائیکل پر، ٹرین پر یا بس پر، میرے کپڑے خون آلود ہوجاتے۔ جب کبھی انڈا کھاتا تو تکلیف اور زیادہ بڑھ جاتی۔ اچار کھاتا یا ساگ یا کریلا تو بواسیر میں اضافہ ہوجاتا۔ میں میٹرک کے سالانہ عملی امتحانات کیمسٹری کے لیے فیصل آباد گیا۔ وہاں پنجاب میڈیکل کالج فیصل آباد کے پرنسپل صاحب (پروفیسر ڈاکٹر سعادت علی زیدی) مجھے ملنے آئے۔ ان کے بچے کا پریکٹیکل کا امتحان میرے زیر نگرانی گورنمنٹ ٹیکنیکل ہائی سکول فیصل آباد میں تھا۔ انہوں نے مجھے تقریباً 30 منٹ چیک کیا اور Daflon Tablets کی ایک ڈبیہ عنایت کی جس میں کوئی 40-30 گولیاں تھیں۔ انہوں نے فرمایا کہ بواسیر اور بھگندر پھوڑے کے علاج کے لیے دنیا میں اس سے بہتر کوئی دوائی اس وقت تک منظر عام پر نہیں آئی۔ میں نے صرف تین گولیاں کھائیں اور اپنے آپ کو بہتر محسوس کرنے لگا۔ مکمل ڈبیہ کھانے پر دونوں امراض سے شفایاب ہوا۔ ڈاکٹر صاحب نے مجھے مزید دو عدد ڈبیاں کھانے کی ہدایت کی۔ میں نے ہدایت پر مکمل عمل کیا۔ آج تقریباً آٹھ سال ہوچکے ہیں، مجھے دوبارہ یہ تکلیف نہیں ہوئی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب وحکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط وکتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ماہانہ روحانی محفل

نا ممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

17 اگست بروز اتوار کو ہماری روحانی محفل ہوگی۔

نماز عصر کے بعد ''بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ، يَا بَدِيْعُ، يَا وَاسِعُ جَلَّ جَلَالُهٗ'' 52 منٹ تک غسل یا وضو کرنے کے بعد خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کررہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہورہا ہے اور مشکلات فوری حل ہورہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔ (نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہوکر روحانی محفل میں شرکت کرسکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے۔ مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفا اللہ عنہٗ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

خطرناک گلٹی

محترم حکیم صاحب آپ نے ماہانہ روحانی محفل کا آرٹیکل ماہنامہ عبقری میں شائع کر کے ہم لوگوں پر احسان عظیم کردیا ہے۔ پہلے میں اور میرے گھر والے عام لوگوں کی طرح اپنی زندگی گزار رہے تھے ہماری کوئی منزل نہیں تھی۔ لیکن جب سے میں نے اور میرے گھر والوں نے روحانی محفل پر عمل کرنا شروع کیا ہے۔ ایک عجیب سی کیفیت ہم محسوس کرتے ہیں۔ اور ہر وقت کوئی نہ کوئی ذکر پڑھتے رہنے کو دل کرتا ہے۔ خاص طور پر دو انمول خزانے پڑھنا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 13 پر)

ہریڑ سے سڈول جسم اور پُرکشش چہرہ

ہریڑ کھائیں اور زیتون کا تیل پئیں۔ زیتون اور ہریڑ کا تیل ملا کر چہرے، ہاتھوں اور بازؤں پر روزانہ رات کو سوتے وقت ملیں۔ ان شاء اللہ چند ہفتوں میں صحت مند، سرخ و سفید خوبصورت بلکہ حُسن کا مجسمہ ہو جائیں گے۔

(تحریر: عبدالقیوم دریا آبادی نبیرہ مولانا عبدالماجد دریا آبادی نادر آباد لاہور)

کایا کلپ گولیاں:۔ 2 حصے گڑ میں ایک حصہ ہریڑ کا سفوف ملا کر خوب اچھی طرح کوٹ پیس کر ایک جان کر کے بڑے بیر کے برابر گولیاں بنا کر شیشے کے جار میں محفوظ کرلیں اور ایک ایک گولی صبح و شام سردی، برسات میں استعمال کر کے کھوئی صحت دوبارہ حاصل کریں۔ نزلہ، زکام، کھانسی، دمہ، دماغی کمزوری، جسمانی تھکاوٹ اور ان گولیوں کے استعمال سے حیض کی زیادتی، ہر قسم کی بواسیر، قبض، درد شکم، باؤ گولہ، بدہضمی، سیلان الرحم اور سل ودق وغیرہ ہر قسم کے امراض دور ہوتے ہیں۔ اس کا استعمال آنیوالی بیماریوں سے محفوظ رکھنے کا ضامن ہے۔

بواسیر اور ذیابیطس:۔ ہریڑ کا سفوف، آم کے خشک پتوں کا سفوف، جامن کے پتوں کا سفوف ہم وزن کوٹ چھان کر ایک کشادہ منہ کی شیشی میں بھر کر رکھ لیں۔ اس سفوف کا ایک چمچ چھوٹا صبح و شام ہمراہ دودھ کے استعمال کریں خدا کے فضل سے ہر قسم کی بواسیر اور ذیابیطس سے چند دنوں میں شفایاب ہو جائیں گے۔

ذیابیطس کا علاج:۔ آم کے سوکھے ہوئے پتے اور ہم وزن ہریڑ کو کوٹ پیس کر سفوف بنالیں۔ صبح و شام چھوٹا چمچ سفوف ہمراہ پانی کے استعمال کریں۔ ان شاء اللہ چند ہفتوں میں پیشاب میں شکر آنا ختم ہو جائے گی۔ میٹھے سے پرہیز ضروری ہے۔

سڈول جسم اور پرکشش چہرہ: ہریڑ ایک حصہ منقہ دو حصہ ملا کر جار میں محفوظ کرلیں۔ ہریڑ ایک حصہ، گڑ دو حصہ ملا کر گولیاں بنالیں۔ ہریڑ ایک حصہ اور شہد دو حصہ ملا کر معجون بوتل میں رکھیں۔ یہ تین نسخے بے حد مفید، صحت بخش، حسن افزا، ہر طرح کی کمزوری، خون کی کمی، اعصابی کمزوری، بہت کم مدت میں دور کر کے استعمال کرنے والے کو لطف زندگی سے مالا مال کرنے کے لیے کافی ہیں۔

شدید قبض:۔ ہریڑ 6 عدد، دارچینی ایک چٹکی، دو چھٹانک پانی میں آگ پر دس منٹ تک حرارت دینے کے بعد یہ پانی چھان کر پینے سے دست ہونے لگتے ہیں۔ کیسی ہی شدید قبض ہو کھل کر پاخانہ آجاتا ہے۔

ہریڑ سے خوبصورتی پایئے:۔ ایک محترمہ اکثر و بیشتر میرے پاس آتی ہیں۔ ایک روز کہنے لگی کیا خوبصورتی پانے کا بھی کوئی گر ہے؟ میں نے جواب دیا کیا چہرے کا رنگ نکھارنا ہے؟ رنگ گورا کرنا ہے؟ چمک دمک پیدا کرنی ہے۔ کہنے لگی یہ داغ دھبے جو اکثر چہرے پر سائے کی طرح نمایاں ہیں۔ سر کے بال اترتے رہتے ہیں۔ کیا اس کا بھی کوئی حل ہے؟ میں نے کہا جی ہاں آپکے سرخی، پاؤڈر، نیل پالش اور کریم سب سے بہتر قدرتی خوبصورتی کا راز میرے پاس ہے۔ صرف تھوڑی سی توجہ کی ضرورت ہے اس کے بعد کسی میک اپ کی ضرورت باقی نہیں رہتی۔ بڑی بے چینی سے کہنے لگی تو خدارا جلدی سے بتائیں۔ عرض کیا یہ ایسا نہیں کہ میں نے آپکو بتایا اور آپ کا چہرہ چاند سا روشن ہو گیا بلکہ تھوڑا بہت وقت لگے گا تب جا کے چاند سا چہرہ بادل سے نکل کر چمکے گا۔

نسخہ:۔ ہریڑ کھائیں اور زیتون کا تیل پئیں۔ زیتون اور ہریڑ کا تیل ملا کر چہرے، ہاتھوں اور بازؤں پر روزانہ رات کو سوتے وقت ملیں اور بالوں میں تیل ڈال کر بالوں کی جڑوں میں انگلیوں سے خوب ملیں تاکہ تیل سر میں اچھی طرح جذب ہو جائے۔ ان شاء اللہ چند ہفتوں میں صحت مند، سرخ و سفید خوبصورت بلکہ حسن کا مجسمہ ہو جائیں گے۔ زیتون اور ہریڑ کا تیل دھوپ اور خشک ہواؤں کے اثر سے جلد کو محفوظ رکھتا ہے۔ چند ہفتے عمل کریں، واقعی آپ چودھویں کا چاند نظر آنے لگیں گے۔

تحفہ برائے صلح زوجین مجرب: 40 دن تک ہر روز 7 مرتبہ سورۂ یسین پانی یا چینی پر دم کر کے رکھتے جائیں۔ ٹھیک چالیسویں دن عمل پورا کر کے پانی یا چینی دم کی ہوئی خاوند کو کھلا یا پلا دیں۔ ان شاء اللہ تعالیٰ صلح ہو جائیگی اور محبت زوجین کے لیے بھی اکسیر ہے۔ یاد رہے اول وآخر تین مرتبہ درود ابراہیمی ضرور پڑھیں۔ (مرسلہ: محمد ایوب شاہد۔ لتھڑ تحصیل تونسہ شریف)

مُستحق کی تلاش

پھر اس تھیلی کا تو ہی سب سے زیادہ حق دار ہے۔ میں کہاں کسی مستحق کی تلاش کروں (انتخاب: محمد یونس۔ چھانگا مانگا)

حضرت ذوالکفل کا بیان ہے کہ ایک مرتبہ حضرت ذوالنونؒ کا ایک غلام بغداد میں کسی آدمی کے پاس جا پہنچا۔ وہ اس وقت کچھ اشعار پڑھ رہا تھا۔ حضرت ذوالنونؒ کی صحبت میں رہتے رہتے آپؒ کا غلام بھی صاحب وجد و حال ہو گیا تھا۔ غلام نے جو اشعار سنے، اس پر ایک عجیب سی بے خودی و سرشاری کی کیفیت طاری ہو گئی۔ اسی حالت میں اس نے ایک زوردار چیخ ماری اور اس کا جسد بے روح ہو گیا۔ حضرت ذوالنونؒ کو اس واقعے کی خبر ہوئی تو آپ نے اس آدمی کو طلب فرمایا اور انہی اشعار کے دوبارہ پڑھنے کی فرمائش کی۔ تعمیل ارشاد میں کیا دیر ہو سکتی تھی۔ مگر یہ عجیب بات ہے کہ ان اشعار کے اثر سے چیخ تو نکلی حضرت ذوالنونؒ کے دہن مبارک سے، لیکن اس آدمی پر اثر ہوا کہ اس کا طائر روح قفس جسم سے فوراً پرواز کر گیا۔ حضرت ذوالنونؒ نے فرمایا۔

"اَلنَّفْسَ بِالنَّفْسِ" ترجمہ "جان کے بدلے جان"

(سورۃ المائدہ آیت نمبر 45)

ایک دفعہ حضرت معروف کرخیؒ کے پاس ایک سائل آیا۔ آپ کے پاس اس وقت کوئی چیز دینے کو موجود نہ تھی۔ چنانچہ اپنی جوتیاں اتار کر دے دیں۔ سائل نے ان جوتیوں کو بازار میں فروخت کر کے پھل خرید لیا۔ اگلے روز جب آپ کو اس کا علم ہوا تو فرمایا۔ ''الحمدللہ! شاید اس شخص کا دل پھل کھانے کو چاہتا ہوگا۔ چلو ہم نے قیمت ادا کر دی۔''

حضرت جنید بغدادیؒ کے پاس ایک شخص دیناروں سے بھری ہوئی تھیلی لے کر حاضر ہوا اور یہ تھیلی آپ کی خدمت میں پیش کی۔ آپ نے اس سے سوال کیا'' کیا تیرے پاس اس تھیلی کے علاوہ اور بھی دینار ہیں؟'' ''جی ہاں بہت ہیں'' آپ نے پوچھا'' کیا تو اور بھی مجھے دینا چاہتا ہے؟'' وہ شخص بولا'' حضرت بس آپ کی نظر کرم درکار ہے۔ بھلا دولت کسے نہیں چاہیے۔'' آپ نے وہ تھیلی اٹھائی اور اسے دیتے ہوئے فرمایا۔'' پھر اس تھیلی کا تو ہی سب سے زیادہ حق دار ہے۔ میں کہاں کسی مستحق کی تلاش کروں۔''

باکمال اولیاء کے بے مثال وظائف

جو شخص کسی ایسے مرض میں مبتلا ہو، جس کا علاج نہ ہو۔ ''اَلْوَاحِدُ'' کو ایک ہزار ایک مرتبہ بلا ناغہ پڑھے ۔ ان شاء اللہ ہر مرض سے شفا پائے گا۔ اس کے علاوہ اور بہت سے اسماء الحسنیٰ اور ان کے فوائد اس صفحہ پر پڑھیں ۔

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

﴿اَلْحَفِيْظُ﴾ اگر کوئی دشمن کے نرغہ میں ہو، یا دشمن کی شرارت سے خوف زدہ ہو، اَلْحَفِيْظُ کا ورد رکھنے والا اللہ تعالیٰ کی پناہ اورحفاظت میں رہتا ہے۔ جو شخص بعد نماز جمعہ باریک کاغذ پر ۱۹۸ مرتبہ اَلْحَفِيْظُ لکھ کر اپنے پاس رکھے گا، شیطانی وسوسہ ، بادشاہ کے ظلم ، فاسد خیالات اور سباع وبہائم اور حشرات الارض کے ضرر سے محفوظ رہے گا ، اور ہمیشہ ورد رکھنے سے تمام آفات سے محفوظ رہے گا۔ اگر کسی شخص کا کوئی سامان گم ہوگیا ہو، تو اَلْحَفِيْظُ ۱۱۹ بار پڑھ کر ﴿یٰبُنَیَّ اِنَّهَآ اِنْ تَکُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ فَتَکُنْ فِیْ صَخْرَةٍ اَوْفِی السَّمٰوٰتِ اَوْفِی الْاَرْضِ یَاْتِ بِهَا اللّٰهُ﴾ (سورۂ لقمان آیت نمبر 16) ۱۱۹ بار پڑھیں۔ انشاء اللہ گم شدہ مال واپس مل جائے گا۔ ﴿اَلْمُقِيْتُ﴾ اگر کسی شخص کا بچہ ازحد شریر ہو۔ تنگ کرتا ہو، تو یہ اسم ۷ بار کوزہ آب نارسیدہ پر دم کرکے، اس کوزہ میں بچہ کو پانی پلائیں اور اگر کوئی بچہ بہت روتا ہو، تو بھی یہ عمل کریں ، بچے کا رونا موقوف ہو جائے گا۔ اور اگر روزہ کی حالت میں جان جانے کا خطرہ ہو، تو ایک مٹی کے ڈھیلے پر ۷ بار دم کرکے سونگھیں ، طاقت عود کر آئے گی۔ اور اگر بارش کے پانی پر یہ اسم ۷ بار دم کرکے بچہ کو پلائیں، تو بچہ خوش خلق اور قوی الحافظہ ہو جائے گا۔

﴿اَلْحَسِيْبُ﴾ اگر کوئی شخص ایسی مصیبت میں گرفتار ہوگیا ہو۔ جس سے خلاصی کی کوئی تدبیر نظر نہ آتی ہو تو ۷ دن تک صبح وشام دونوں وقت ۷۷ یا ۸۰ مرتبہ ﴿حَسْبِیَ اللّٰهُ الْحَسِيْبُ﴾ پڑھیں۔ ان شاء اللہ انہی ایام میں وہ مصیبت رفع ہو جائے گی ۔ جمعرات سے عمل شروع کرنا چاہیے۔ ﴿اَلْكَرِيْمُ﴾ سیدنا علی مرتضیٰؓ یہ اسم کثرت سے پڑھا کرتے تھے۔ اس اسم مبارک کے ورد سے خلقت کی نظر میں عزت واکرام حاصل ہوتا ہے۔ ﴿اَلرَّقِيْبُ﴾ یہ اسم اگر گھر کے دروازہ کی چوکھٹ پر لکھ کر لگا دیں، تو اس کی برکت سے تمام گھر والے گناہ سے محفوظ رہیں گے اور اگر کوئی لڑکا یا نوکر بھاگ جانے کا عادی ہو۔ یہ اسم روٹی پر لکھ کر کھلا دیں تو ان کے بھاگنے کی عادت چھوٹ جائے گی ﴿اَلْمُجِيْبُ﴾ اگر یہ اسم لاتعداد بار پڑھیں، تو جو دعا مانگیں قبول ہوگی اور اگر کوئی دشوار مہم پیش آجائے تو ﴿اَلْمُجِيْبُ الْوَاسِعُ الْحَكِيْمُ﴾ جس قدر ممکن ہو پڑھیں، ان شاء اللہ مشکل حل ہو جائے گی۔ ﴿اَلْوَاسِعُ﴾ اس اسم شریف کی مزاولت سے علوم اور رزق کے دروازے کھل جاتے ہیں۔ طبیعت میں قناعت پیدا ہو جاتی ہے، اور حق تعالیٰ غیب سے روزی کا سامان پیدا کر دیتا ہے۔ ﴿اَلْحَكِيْمُ﴾ کھیتی یا باغ کی پیداوار بڑھانے کے لیے یہ اسم مبارک کاغذ پر لکھیں اور پانی سے دھو کر وہ پانی کھیتی یا باغ کو دیں ، پیداوار بڑھ جائے گی ﴿اَلْوَدُوْدُ﴾ دو شخصوں میں جائز محبت پیدا کرنے کے لیے بہ تصور صورت عشاء کے بعد ۳۰۰ مرتبہ پڑھیں ، اور شرینی پر دم کرکے مطلوب کو کھلائیں۔ ﴿اَلْمَجِيْدُ﴾ فجر کی نماز کے بعد ۹۹ مرتبہ پڑھ کر اپنے بدن پر دم کریں۔ ان شاء اللہ صحت و عافیت سے رہیں گے۔ ﴿اَلْبَاعِثُ﴾ سوتے وقت سینہ پر ہاتھ رکھ کر ۱۰۰ مرتبہ یہ اسم مبارک پڑھنے سے مردہ دل زندہ ہوجاتا ہے۔ ۴۵۷ مرتبہ پڑھنے سے اس عمل کی قوت کمال کو پہنچ جاتی ہے۔ ﴿اَلشَّهِيْدُ﴾ اگر کسی شخص کی اولاد نافرمان ، گستاخ اور سرکش ہو تو صبح کے وقت اس کی پیشانی پر ہاتھ رکھ کر آسمان کی طرف منہ کرکے ۲۱ مرتبہ اس اسم مبارک کو پڑھیں۔ حق تعالیٰ نیک بختی اور فرمان برداری عطا فرمائے گا۔

﴿اَلْحَقُّ﴾ اگر کوئی چیز گم ہو، تو ایک کاغذ کے چاروں کونوں پر یہ اسم مبارک لکھیں ، اور اس کے بیچ میں گمشدہ چیز کا نام لکھ دیں۔ پھر نصف شب بیدار ہو کر یہ کاغذ اپنے ہاتھ پر رکھ کر آسمان کی طرف منہ کرکے اس اسم شریف کے توسل سے اللہ سے دعا مانگے۔ گمشدہ چیز واپس مل جائے گی ﴿اَلْوَكِيْلُ﴾ تھوڑا سا آٹا گوندھ کر ایک ہزار ایک گولیاں بنائیں اور ہر گولی پر دشمنی کو دور کرنے کی نیت سے ہر گولی پر الوکیل لکھ کر گولی زمین پر رکھ دیں، تاکہ چڑیاں کھا جائیں۔ دشمن مغلوب ہو جائے گا ﴿اَلْقَوِیُّ﴾ اس اسم کے خواص بھی وہی ہیں جو اَلْوَكِيْلُ کے ہیں اور طریقہ عمل بھی وہی ہے جو اَلْوَكِيْلُ کا ہے فرق اتنا ہے کہ یہ اسم آٹے کی گولیوں پر پڑھ کر دم کیا جاتا ہے، لکھا نہیں جاتا ہے۔ ﴿اَلْمَتِيْنُ﴾ اگر ماں کی بیماری کی وجہ سے بچہ کا دودھ چھڑانا منظور ہو، یا بچہ دودھ چھوڑنے پر صبر نہ کرسکتا ہو، یا ماں کے دودھ کی کمی ہو، تو یہ اسم لکھ کر پلانے سے متذکرہ شکایات دور ہو جاتی ہے۔ ﴿اَلْوَلِیُّ﴾ اگر کسی شخص کی عورت بدکار یا آوارہ ہو، تو اس سے ہمبستری کے وقت یہ اسم دل ہی دل میں پڑھتے رہیں۔ ﴿اَلْحَمِيْدُ﴾ جو مرد یا عورت زبان دراز ہو، تو کسی باریک کاغذ پر ۱۰۰ بار لکھ کر اس کو کھلا دیں ، بدزبانی جاتی رہے گی۔ ﴿اَلْمُحْصِیُ﴾ جو شخص جمعہ کی شب کو یہ اسم ایک ہزار ایک بار پڑھنے کا معمول رکھے گا۔ عنایت الٰہی سے عذاب قبر اور عذاب قیامت سے محفوظ رہے گا۔ ﴿اَلْمُبْدِئُ﴾ اگر حمل ساقط ہو جانے کا اندیشہ ہو، تو شوہر کو چاہیے کہ روزانہ صبح کو یہ اسم ۱۰ بار پڑھے ، اور پڑھتے وقت اپنے ہاتھ کی شہادت کی انگلی حاملہ کے پیٹ کے اردگرد گھماتا رہے۔ ﴿اَلْمُعِيْدُ﴾ اس اسم کی خاصیت یہ ہے، کہ مداومت سے گم شدہ چیز مل جاتی ہے اور کوئی چیز گم نہیں ہوتی۔ ﴿اَلْحَیُّ﴾ جسم کے دردوں کے لیے ۷ روز تک ہر روز پڑھ کر دم کرنے سے شفا حاصل ہو جاتی ہے۔ ﴿اَلْمُحِيْطُ﴾ اگر کسی شخص کا نفس بہت سرکش ہو، تو رات کو سوتے وقت اپنا ہاتھ سینہ پر رکھ کر یہ اسم الٰہی پڑھتے پڑھتے سو جائیں۔ نفس مطیع ہو جائے گا۔ دشمن کے شر سے محفوظ رہنے کے لیے منگل کی صبح کو ۴۹۰ مرتبہ پڑھا جاتا ہے۔ ﴿اَلْحَیُّ﴾ یہ اسم مبارک پڑھ کر مریض پر دم کرنے سے شفا ہو جاتی ہے۔ جو شخص روزانہ ۷ بار ورد پر مداومت کرے گا۔ عمر دراز اور محبت وروحانیت میں ترقی ہوگی۔ ﴿اَلْقَیُّوْمُ﴾ اگر کسی شخص کو کوئی مشکل مہم پیش آجائے ، تو مغرب اور عشاء کے درمیان ۴ رکعت نفل پڑھیں۔ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد چاروں قل پڑھنے چاہیے۔ نماز سے فارغ ہو کر ۱۷ مرتبہ ﴿یَاحَیُّ یَا قَیُّوْمُ بِرَحْمَتِکَ اَسْتَغِیْثُ﴾ پڑھیں، ان شاء اللہ کیسی ہی دشوار مہم کیوں نہ ہو، پوری ہو جائے گی۔

﴿اَلْوَاجِدُ﴾ مال ودولت حاصل کرنے کے لیے جس قدر ممکن ہو، پڑھیں۔ ظاہری غناء کے لیے سریع الاثر ہے۔

﴿اَلْوَاحِدُ﴾ جو شخص کسی ایسے مرض میں مبتلا ہو، جس کا علاج نہ ہو۔ اس کو ایک ہزار ایک مرتبہ بلا ناغہ پڑھنا چاہیے۔ ان شاء اللہ مرض سے شفا پائے گا۔

قطب آیت کا فائدہ نمبر 3: آسیب زدہ کے بائیں کان میں قطب آیت کا دم کیا جائے تو آسیب دور ہوگا۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

ناراض والد کو کیسے مناؤں

م۔ک کا خط آیا ہے۔ ایم اے ہیں لیکن ذہنی طور پر سخت پریشان ہیں۔ والد اور والدہ میں علیحدگی رہی۔ والد ہی نے سارے بہن بھائیوں کو پالا تعلیم دلائی مگر ساتھ سختی کا مظاہرہ بھی کرتے رہے۔ زندگی کے ایک موڑ پر ایسا ہوا کہ والدہ مل گئیں مگر والد ہمیں چھوڑ کر سعودیہ چلے گئے۔ اب وہ اللہ کے گھر میں بیٹھ کر ہم کو بددعائیں دیتے رہتے ہیں۔

☆ جناب م ک کا کہنا ہے کہ انہیں انتہائی محنت کے بعد بھی صحیح طور پر صلہ نہیں ملتا۔ پے در پے ناکامیوں کے بعد انہوں نے تجزیہ کیا ہے کہ یہ سب کچھ والد کی ناراضگی کی وجہ سے ہے لیکن اب وہ والدہ کو نہیں چھوڑ سکتے۔ پوچھتے ہیں کہ ناراض والد کو کیسے مناؤں اور میرے حالات کب ٹھیک ہوں گے؟

جو لوگ بکھرے ہوئے خاندان میں رہتے ہیں وہ اسی ذہنی کشمکش کا شکار ہو جاتے ہیں۔ والدین اپنی انا میں یہ نہیں سوچتے کہ اولاد پر علیحدگی کے کیا اثرات مرتب ہوں گے۔ ان کا مستقبل کیا ہوگا؟ صرف پرورش کرنے اور تعلیم دینے سے تو بچوں کی اولین ضرورت پوری نہیں ہوتی محبت اور توجہ بھی بچوں کی اولین ضرورت ہوتی ہے۔ آپ جس اذیت سے گزر رہے ہیں، اس کا مجھے خوب اندازہ ہے۔ کاش والدین علیحدگی اختیار کرتے ہوئے اپنے بچوں کے متعلق بھی سوچ لیا کریں۔ اب والدہ کو چھوڑتے ہیں تب مشکل، والد کے بغیر بھی نہیں رہ سکتے، آپ اپنے آپ کو تھوڑا سا بہادر بنائیے۔ کوئی والد صاحب کے بارے میں پوچھتا ہے تو آپ اسے بتائیں کہ وہ اپنی مرضی سے سعودیہ گئے ہیں۔ آپ کیوں گھبراتے ہیں، زندگی کے بہت سارے مسائل ہمت اور پامردی سے حل ہو جاتے ہیں۔

آپ کے خط سے میں نے اندازہ لگایا ہے کہ اب بھی آپ والد صاحب سے محبت کرتے ہیں اور انہیں خوش دیکھنا چاہتے ہیں۔ آپ انہیں پابندی سے خط لکھئے، ان کا حال پوچھئے، ان کو لکھئے کہ آپ ان کے بغیر اداس ہیں۔ وہ آپ کے والد ہیں، انہوں نے آپ کو بڑی شفقت کے ساتھ پالا ہے، تعلیم دلائی اور یہ ان کا احسان ہے۔ آپ یہ سوچئے کہ آپ کے والد بھی محرومی کا شکار رہے ہیں۔ گھر اجڑ جاتے ہیں تو بہت فرق پڑتا ہے۔ ان کی جھنجھلاہٹ اس بات کا ثبوت ہے کہ وہ بھی چاہتے تھے کہ انہیں توجہ ملے۔ بیوی نہیں تو کم از کم اولاد ان کا خیال رکھے۔ اب جبکہ آپ کی والدہ ایک عرصے کے بعد آپ کے پاس آئی ہیں تو انہیں مزید محرومی کا احساس ہوا۔ بچے بھی چھوٹ گئے گھر بھی گیا اور وطن سے بھی دور ہو گئے۔ آپ لوگوں کی توجہ اور پیار ان کو حوصلہ دے گا۔ آپ ہمت نہ ہاریئے اور والد سے رابطہ رکھئے۔ ان کو یہ احساس دلانے کی بھرپور کوشش کیجئے کہ آپ ان کے بغیر رہ نہیں سکتے۔ ادھورے پن کا احساس آپ کو بیمار کر رہا ہے۔ ایک دم تو نہیں کچھ دنوں کے بعد آپ دیکھیں گے کہ ان کی محبت اور شفقت بڑھتی جا رہی ہے اور وہ اللہ کے گھر میں آپ کے لیے ہمہ وقت دعاؤں میں مصروف ہیں۔ یہی آپ کی سب سے بڑی کامیابی ہوگی۔

نظر کی کمزوری

عقیقہ صاحبہ کراچی سے نظر کی کمزوری ختم کرنے کا مشورہ مانگ رہی ہیں۔ ان سے کہنا ہے کہ آپ نے عینک لگا کر یکدم چھوڑ دی، اس کی وجہ سے بھی آپ کی نظر پر اثر پڑا ہے۔ آپ دوبارہ نظر کا معائنہ کرایئے اور ڈاکٹر کی ہدایت پر عمل کریں۔ اس کے علاوہ آپ ایسا کریں کہ ایک پاؤ سونف لے کر شیشے کے کھلے پیالے میں ڈالئے۔ اس میں گاجر کارس اتنا ڈالئے کہ سونف سے اوپر رہے۔ جب وہ خشک ہو جائے تو دوبارہ گاجر کارس ڈالئے۔ اس طرح پانچ چھ بار کیجئے اور سونف کو چمچے سے روز ہلاتے رہیں۔ جب آخری بار رس بالکل خشک ہو جائے تو چائے کا ایک چمچہ سفوف پانی کے ساتھ صبح شام کھایئے۔ اس سے نظر تیز ہوتی ہے۔ عینک بھی باقاعدگی سے لگایئے۔ ہاضمے کے لیے انجیر کے دو دانے کھانے کے بعد کھایئے۔

گوہانجنی (پھنسی) سے نجات

ہمارے گاؤں میں اکثر لوگوں کو گوہانجنی (پھنسی) نکل آتی ہے جس سے آنکھ سوج جاتی ہے۔ اس کا کوئی دیسی علاج نہیں ہے۔ کہتے ہیں اسکے لیے دم یا جھاڑ کرایا جائے تو پھر نہیں نکلتی۔ بیری کے پتے آنکھ سے لگا دیے جائیں جب بھی دور ہو جاتی ہے، مگر ہم لوگ یہ سب کام کر چکے ہیں پھر بھی گوہانجنی نکل آتی ہے۔ اب کیا کریں؟ (شہزادی۔ اکوڑہ)

☆ گوہانجنی نکلے تو اسے دبا کر پیپ نہیں نکالنی چاہیے۔ گندے کپڑے اور گندے ہاتھوں سے دانہ مزید پک جاتا ہے۔ اس کے لیے سب سے بہتر علاج لونگ کا ہے۔ جیسے ہی دانہ نکلتا محسوس ہو لونگ لے کر اس کی ڈنڈی مٹی کے گھڑے پر گھس کر پانی کی مدد سے دانے پر صبح شام لگایئے۔ گوہانجنی تین دن میں ٹھیک ہو جائے گی۔

محبت یا نفرت

کراچی سے فرضی نام سعدیہ کے حوالے سے خط آیا ہے وہ اپنے پڑوس میں رہنے والے تعلیم یافتہ اچھی ملازمت کرنے والے لڑکے سے شادی کرنا چاہتی ہیں جس کا تعلق ایک پڑھے لکھے گھرانے سے ہے۔ لڑکا شادی کرنا چاہتا ہے۔ جبکہ سعدیہ کی والدہ اس سے بہتر رشتے کی تلاش میں ہیں۔ سعدیہ پریشان ہے اور پوچھتی ہے کہ وہ کیا کرے؟

☆ سعدیہ بیٹی! آپ کے ساتھ جو کچھ ہو رہا ہے وہ انوکھی بات نہیں۔ جب معاشرے میں اخلاقی حدود پھلانگ لی جائیں تو سب کچھ ہو جاتا ہے۔ میں آپ کو اب یہی مشورہ دوں گا کہ اپنی والدہ سے کہیے کہ میں اسی لڑکے ہی سے شادی کروں گی، لڑکا اور اس کے گھر والے راضی ہیں۔ آپ کی والدہ سمجھدار ہیں آپ کے بار بار زور دینے سے وہ اپنا ارادہ بدل دیں گی۔ رہی نفرت کی بات تو یہ وقتی طور پر ہے۔ آپ جب شادی کر لیں گی تو یہی نفرت دوبارہ محبت میں بدل جائے گی۔ اپنی زندگی خراب نہ کیجئے۔ ابھی لڑکا سنجیدہ ہے اور وہ آپ کا بوجھ اٹھا سکتا ہے۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اس کی دلچسپی بھی ختم ہو سکتی ہے۔ میں بار بار بچیوں کو سمجھاتا ہوں کہ آپ شادی سے پہلے تنہائی میں کسی سے نہ ملئے۔ نجانے کیوں وہ پر اعتماد ہو کر دھوکہ کھاتی ہیں اور پھر رو رو کر خط لکھتی ہیں۔ ہمارے معاشرے کی کچھ اقدار ہیں، معلوم نہیں وہ ان اقدار کو کیوں توڑتی ہیں؟ آپ کو اللہ کا شکر ادا کرنا چاہیے کہ وہ لڑکا آپ کو چھوڑنا نہیں چاہتا بلکہ شادی کرنا چاہ رہا ہے۔ اس موقعہ کو بالکل نہ گنوایئے اور شادی کر لیجئے۔

انسان کسی حال میں خوش نہیں

تحریر: شمشاد احمد، علی پور مظفر گڑھ

شوگر والا ٹی بی لے آیا تھا وہ ساری رات کھانستا رہا صبح اٹھ کر کہنے لگا کہ وہی شوگر ٹھیک تھی چلو پیشاب کر کے کچھ دیر سو تو جاتا تھا۔ اس کم بخت ٹی بی نے تو مجھے ساری رات سونے بھی نہیں دیا۔ واقعی اللہ پاک کا فرمان حق اور سچ ہے۔

انسان کو اللہ پاک نے بے شمار اور بے بہا نعمتوں سے نوازا ہے اور قرآن مجید میں اللہ پاک نے بذات خود یہ دعویٰ بھی کیا ہے ''کہ تم میری کس کس نعمت کو جھٹلاؤ گے۔'' لیکن اس کے ساتھ ساتھ اللہ پاک نے خود یہ بھی فرما دیا کہ انسان ناشکرا ہے۔ "اِنَّ الْاِنْسَانَ لَکَفُوْرٌ مُّبِیْنٌ" (سورۃ الزخرف آیت نمبر 15) انسان کو اللہ نے جس حال میں بھی رکھا ہے وہ اس حال میں خوش نہیں ہے۔ کہتے ہیں کہ ایک دفعہ اللہ پاک کی طرف سے یہ اعلان ہوا کہ جو آدمی جس چیز سے پریشان ہے وہ فلاں میدان میں آجائے۔ جس چیز سے پریشان ہے اس کو وہاں رکھ دے اس کا متبادل یعنی جس چیز کو اچھا سمجھتا ہے وہ اٹھا لے۔ اس اعلان کو سن کر سب خوش ہو گئے اور مقررہ دن میدان میں پہنچ گئے۔

(1) ایک آدمی شادی شدہ تھا، بیوی سے تنگ تھا وہ بیوی کو چھوڑ آیا۔ (2) ایک کنوارہ تھا وہ بیوی کے بغیر ادھورا تھا وہ بیوی کو لے کر آ گیا (3) ایک آدمی کی اولاد نافرمان تھی وہ انہیں چھوڑ کر آ گیا (4) دوسرے کی اولاد نہیں تھی وہ اولاد لے کر آ گیا (5) ایک آدمی ٹی بی کا مریض تھا۔ ساری رات کھانستا تھا وہ ٹی بی کو چھوڑ آیا اور شوگر لے آیا۔ (6) دوسرا جو شوگر کا مریض تھا وہ شوگر رکھ آیا اور ٹی بی لے آیا۔

اسی طرح سب خوشی خوشی واپس آ گئے۔

(1) شادی شدہ جو بیوی کو چھوڑ آیا تھا گھر آیا، رات ہوئی نہ کوئی کھانا پکانے والا نہ کسی نے بستر بچھا کر دیا۔ نہ کوئی چائے بنا کر دینے والا تو کہنے لگا کہ چلو جیسی بھی تھی خدمت تو کرتی تھی۔ (2) جو غیر شادی شدہ تھا بیوی لے آیا اس نے آتے ہی سامان کی لسٹ ہاتھ میں دے دی کہ یہ لے آؤ۔ فلاں لے آؤ سارے پیسے خرچ ہو گئے، جیب خالی ہو گئی کہنے لگا کہ میں تو بغیر شادی کے ہی ٹھیک تھا۔ (3) جو اپنی اولاد کو چھوڑ آیا تھا وہ بھی ایسے ہی پشیمان ہوا کہ جیسے بھی نافرمان تھے ٹانگیں اور سر تو دباتے تھے۔ (4) جو اولاد لے آیا تھا بڑا خوش تھا۔ لڑکوں نے آتے ہی باپ کو لٹا کر مارنا شروع کر دیا اب وہ بولا کہ میں تو ایسے ہی ٹھیک تھا۔ (5) جو آدمی ٹی بی والا تھا ساری رات کھانستا تھا وہ شوگر کی بیماری لے آیا۔ ساری رات اٹھ اٹھ کر پیشاب کرتا تھا۔ سردی تھی، بڑا پریشان ہوا اور کہا کہ ٹی بی ہی ٹھیک تھی چاہے ساری رات کھانستا تھا لیکن بستر میں تو پڑا رہتا تھا۔ یہ بار بار کا اٹھنا سردی میں جانا بڑا مشکل ہے۔ (6) جو شوگر والا ٹی بی لے آیا تھا وہ ساری رات کھانستا رہا صبح اٹھ کر کہنے لگا کہ وہی شوگر ٹھیک تھی چلو پیشاب کر کے کچھ دیر سو تو جاتا تھا۔ اس کم بخت ٹی بی نے تو مجھے ساری رات سونے بھی نہیں دیا۔ واقعی اللہ پاک کا فرمان حق اور سچ ہے۔ ''بے شک انسان ناشکرا ہے''

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

اب تو ہماری زندگی کا ایک حصہ بن گیا ہے۔ ایک دفعہ میری اہلیہ کے سینے میں ایک گلٹی نمودار ہوئی۔ جس کی درد کی شدت بھی بہت تھی۔ تکلیف یہاں تک ہوئی کہ بازو ہلانا اور گھر کے کام کاج کرنا دشوار ہو گیا۔ میری اہلیہ نے سب کام چھوڑ کر دو انمول خزانے سے وظیفہ نمبر 2 کو ورد شروع کر دیا اور دن رات ورد کیا۔ ہم نے دوسرے دن ڈاکٹر کو چیک کرانے کا وقت لیا ہوا تھا لیکن اس ذکر کی بدولت شام تک درد کم ہونا شروع ہو گیا اور صبح تک بالکل ختم ہو گیا۔ اسی طرح بچے کو دودھ چھڑانے کے موقع پر بھی تکلیف کا سامنا کرنا پڑا۔ بچہ بھی بیمار ہو گیا اور بچے کی ماں بھی۔ اسی ورد کے اہتمام پر طبیعت بڑی تیزی سے سنبھلنا شروع ہو گئی۔ یہ سب کچھ ماہانہ روحانی محفل سے ممکن ہوا ہے۔ (مرسلہ: سلطان، لالہ موسیٰ)

لڑائی جھگڑوں سے نجات

میرے دوست کے گھر میں ہر وقت کسی نہ کسی بات پر جھگڑا رہتا تھا۔ جس کی وجہ سے اس کی گھریلو زندگی بہت زیادہ متاثر تھی۔ ایک دفعہ میں نے اس کی توجہ ماہنامہ عبقری میں شائع ہونے والی ماہانہ روحانی محفل کی طرف کروائی۔ اس نے ایک یا دو ماہ ماہانہ روحانی محفل کا ذکر دل سے پڑھ ہو گا کہ اس کے گھر میں سکون اور اطمینان آنا شروع ہو گیا۔ اس کی بیوی کہنے لگی کہ دو انمول خزانے کی کتاب بھی ہم نے عبقری کے دفتر سے منگوائی اس کو بھی پڑھنا شروع کر دیا۔ اور پھر جب کبھی ہمارے گھر میں کسی بات پر لڑائی شروع ہونے لگتی ہے تو میں حضرت ابو درداؓ کی دعا پڑھنا شروع کر دیتی ہوں اور اللہ پاک غیب سے مدد فرماتے ہیں اور کسی بہانے سے لڑائی کو ٹال دیتے ہیں۔ یہ سب کچھ روحانی محفل کی وجہ سے ہوا جس کی وجہ سے ہمارے دل نرم ہوئے اور ہم نے مسنون دعاؤں کو پڑھنا اور ہر مشکل وقت میں اللہ پاک کو یاد کرنا اپنی زندگی کا حصہ بنا لیا ہے۔ (مراسلہ ابو حذیفہ۔ راولپنڈی)

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

جنسی آزادی اور ہماری زندگی

اللہ پاک اور حضور ﷺ کی بتائی ہوئی پابندیاں ہماری اور سب کی جنسی آزادی کے لیے مکمل ضابطہ حیات ہے۔ انسانوں کی بنائی ہوئی قانونی ازدواجی پابندیاں اس کے مقابلے میں بالکل غیر موثر اور ناکام ہوتی چلی آرہی ہیں۔

جنسی خواہش ایک فطری اور جبلی تقاضہ ہے۔ یہ جنسی تقاضا انسان کے دیگر دوسرے تقاضوں کے مقابلے میں اگر چہ بہت شدید اور فتنہ سامان ہے، لیکن کمزور اور ثانوی درجہ کا واقع ہوا ہے۔ حیاتیاتی بھوک (پیٹ کی غذا) سب سے بڑا انسانی تقاضا اور خواہش مانی گئی ہے۔ اسی طرح امن اور تحفظ سے زندہ رہنے کی خواہش بھی ہے۔ ان خواہشات کے مقابلہ میں جنسی خواہش بہر حال زیادہ سخت اور تیز وتند نہیں ہوتی۔ یہ بات تجربات سے ثابت ہو چکی ہے کہ انسان ساری زندگی جنسی آسودگی حاصل کئے بغیر تو گزار سکتا ہے لیکن غذا اور امن کے بغیر زیادہ دیر تک زندہ نہیں رہ سکتا۔ ہمارے معاشرے اور تہذیب کی سب سے بڑی ضرورت امن اور غذا کی فراہمی ہے۔ حفظ امان اور غذا کے معاملات میں اگر یہ مان بھی لیا جائے کہ اتنی برائی اور فتنہ پیدا نہیں ہو سکتا لیکن جنسی اختلاط اور حرص کو جنسیات کے معاملات میں اگر کھلی اجازت دے دی جائے تو انسانی تہذیب کی بنیاد ہی منہدم ہو جائے گی۔ نہ کسی کو ماں کی تمیز رہ جائے گی اور نہ بیٹی کی۔ جہاں پایا، جس کو پایا، جس طرح چاہا، جب چاہا ہوس پوری کر لی۔ جیسا کہ آج مغربی دنیا میں اور دیگر بعض علاقوں میں دیکھا جا سکتا ہے۔ ایک مرد ایک غیر عورت کے ساتھ دوستی کے نام پر سب طرح کی زندگی اس طرح بسر کر رہا ہے کہ جانور بھی شرما جائیں۔

آزادی بغیر پابندی کے آزادی نہیں بلکہ انارکی اور طوائف الملوکی ہے۔ یہ بات آپ کو کتنی ہی مہمل کیوں نہ لگے لیکن حقیقت یہی ہے کہ پابندیوں میں جکڑا ہوا انسان جس طرح آزادی حاصل کرنے کو اپنا پیدائشی حق سمجھتا ہے بالکل اسی طرح بلکہ اس سے بھی زیادہ آزادی میں پابندیوں کے ساتھ رہنا بھی ضروری ہے۔ مثلاً آپ ریل پر سفر کر رہے ہیں۔ آدھی رات ہو چکی ہے، آپ کو پیدائشی حق ہے کہ آپ تھوڑی نیند لے لیں۔ آپ کے ہم سفر کو نیند نہیں آرہی اس نے گنگنانا شروع کر دیا، وہ بھی گنگنانا اپنا پیدائشی حق سمجھتا ہے۔ پھر دونوں میں ذہنی تصادم شروع ہو گیا، جب صبح ہو گی تو رات کو گنگنانے والے کو اب نیند نے ستایا۔ اب وہ سونا چاہتا ہے اب آپ خود ہی فیصلہ کر لیجئے کہ اس آزادی میں پابندی ضروری ہے یا نہیں؟ اسی طرح جنسی آزادی کا بھی فیصلہ صادر فرما لیجئے۔ یہ ضرور ہے کہ جنسی پابندیوں کو عائد کرنے سے قبل آپ کو خوب اچھی طرح بڑی احتیاط سے کام لینا ہوگا، اہم بات یہ ہے کہ آپ ایک انتہائی تیز قسم کے تیزاب یا اسی طرح کے کسی انتہائی جوش مارتے ہوئے رقیق قسم کے کیمیائی آمیزہ سے بھری ہوئی بوتل کے منہ پر کیسے احتیاط سے کارک لگاتے ہیں، زیادہ ڈھیلی یا خوب کس کر؟ اگر فرق ہو گا تو پھر یا تو کارک ہی اڑ جائے گا ورنہ بوتل پھٹ کر چکنا چور ہو جائے گی۔ قرآن کریم اور حدیث شریف میں اسی وجہ سے صاف ہدایت کر دی گئی ہے کہ اللہ پاک اور حضور ﷺ کی بتائی ہوئی پابندیاں ہماری اور سب کی جنسی آزادی کے لیے مکمل ضابطہ حیات ہے۔ انسانوں کی بنائی ہوئی قانونی ازدواجی پابندیاں اس کے مقابلے میں بالکل غیر موثر اور ناکام ہوتی چلی آرہی ہیں۔

"آزمودہ را آزمودن جہل است"، تمام مسلم سکالرز اور روشن خیال دانشوروں نے اس کا اعتراف کیا ہے کہ جنس ایک نہایت ہی سخت، پیچیدہ اور سنگین مسئلہ ہے۔ ہر شخص اپنی اپنی بے سری تانیں الاپتا رہا ہے لیکن کسی نے بھی ابھی تک کوئی حتمی حل پیش نہیں کیا۔ تمام نسلیں اسی جنسی مسئلہ کو گڈمڈ کرتی چلی آئی ہیں اور اس کو پیچیدہ بنا دیا ہے۔

صرف اسلامی قانون اور احکامات ایسے ہیں جو ایک مکمل ضابطہ حیات اور نہایت ہی کامیاب حل پیش کرتے ہیں۔ تحقیق کا فقدان کہیے یا تعصب کہ اسلامی نظام جنس کی معلومات حاصل کئے بغیر یورپ کے بعض ماہرین نفسیات بشمول سگمنڈ فرائڈ کا یہ خیال ہے کہ انسانی شخصیت کا سرچشمہ تعمیر یہی قوت جنسی ہے۔ اس کو قابو کرنے کے لیے انسان کے اپنے وضع کئے ہوئے قوانین اور احکامات نافذ کیے جارہے ہیں تاکہ سماجی و اقتصادی ڈھانچہ کو تباہ کئے بغیر افزائش نسل کا قدرتی سلسلہ جاری رکھا جا سکے۔ اگر ان ناعاقبت اندیش انسانوں کو یونہی بے مہار چھوڑ دیا جائے تو انسان مالی تحفظ، ذاتی تحفظ، تحفظ حیات اور تحفظ اخلاق سب ختم ہو کر جانوروں کی سی زندگی گزارنے پر مجبور ہو جائے گا۔ جیسا کہ آج کل بعض ممالک میں ننگوں کی انجمنیں قائم کی جارہی ہیں اور ان پر جنگلیوں کی سی زندگی گزارنے کا جنون سوار ہے۔

آج کل انسان اسلامی نظام جنس کو یکسر فراموش کر دینے پر تلا ہوا ہے، کچھ لوگ اسکے بھی قائل ہیں کہ تھوڑی بہت پابندی جنسی افعال کے قابو کرنے کے لیے ضروری ہے۔ لیکن جنسی طاقت کو استعمال کرنے کے لیے کسی ضابطہ اور قاعدہ کی ضرورت نہیں سمجھتے۔ یہ انسان اسلام کے جنسی نظام کو دیدہ دانستہ نظر انداز کر رہا ہے بلکہ اس سلسلہ میں کسی قسم کی رہنمائی سے صاف انکار کرتا ہے۔ اپنی جسمانی وروحانی، اخلاقی صحت کو برباد کر رہا ہے اور اصل منبع صرف جنسی قوت کو سمجھا جاتا ہے۔ لیکن زندگی کے مجموعی شعبہ کو دیکھتے ہوئے یہ کہا جا سکتا ہے کہ یہ محض خام خیالی ہے کہ جنس کو کسی حد تک محدود اور مرکوز کر لیا جائے۔ جنسی قوت تمام شعبہ جات پر اس وجہ سے غالب نہیں کہی جا سکتی کہ یہ افزائش نسل کا ذریعہ ہے تاہم یہ اس کے محرکات میں سے صرف ایک معمولی اور عمومی قوت ضرور ہے لیکن دوسری اور بھی قوتیں ہیں جو انسانی زندگی کے لیے جنس سے بھی زیادہ ضروری اور ابدی ہیں۔ بغیر جنسی قوت کے انسان زندہ رہ سکتا ہے تو پھر صرف جنسی قوت انسانی زندگی اور شخصیت کا منبع کیسے ہوا؟ ہاں یہ ضرور ہوا کہ عصر جدید نے ہماری شخصیت میں جنسی قوت کو خوب ابھارا ہے اور اسکا استحصال کیا ہے، اس کے چند طریقے یہ ہو سکتے ہیں۔

(1) ہر مرد و عورت جنسی بھوک اور قوت جنسی پر بے حجاب بات چیت کھلے عام کرنے لگے ہیں اور اس قسم کی باتیں کرنے کو فیشن سمجھتے ہیں۔ اس طرح اپنی دانست میں وہ سوسائٹی کا وقار بلند کر رہے ہیں۔ (2) جس کو دیکھئے یہی کہتا ہے کہ ہماری تہذیب وتمدن اور اساس اب تو اس قدر پریشان اور الجھ چکا ہے کہ ہر وقت طلاق دیتا ہے، پھر رجوع کرتا ہے تو پھر طلاق دے دیتا ہے اور پھر بھی جنسی آوارگی قابو میں نہیں آتی تو خواب آور گولیاں کھا کھا کر غم غلط کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اکثر تو یہ گولیاں زیادہ مقدار میں کھا کر یا زہر کھا کر کسی نہ کسی طرح خودکشی بھی کر لیتے ہیں۔ (3) سب سے زیادہ تشویش ناک بات یہ ہے کہ انسانیت کش سماج دشمن انجمنیں بنائی جا رہی ہیں، ادارے قائم کئے جارہے ہیں اور معاشرے میں یہ رجحان بڑھتا جارہا ہے۔ یہ سب مل کر خدمت خلق کے نام پر

فائدہ نمبر 4: جس کو بچھونے کاٹ لیا ہو۔ اس کے داہنے کان میں قطب آیت کا دم کریں وہ شخص صحت پائے۔

جنسی تقاضوں کو بھڑکانے اور گمراہی کے غاروں میں لے جانے کے لیے سرگرم ہیں اور محض معمولی مالی منفعت کی خاطر، بہت سے قارون صفت تاجر اپنی تجوریاں بھرنے اور بنک بیلنس بڑھانے کی دھن میں ان معصوم نوجوانوں کی جوانی سے کھیلتے ہیں اور ان کی جوش مارتی جوانی کو بھڑکانے، چھلکانے اور غارت کرنے کے لیے طرح طرح کے منصوبے، جھوٹے دعوے اور پرفریب جھانسے دیتے ہیں۔ مثلاً آرٹس کونسل (یہ میں نہیں کہہ رہا بلکہ امریکن ڈاکٹر کہتے ہیں) جس قدر اس عفریت نے گزشتہ پچاس سالوں میں شہرت حاصل کی ہے اتنی تو شائد ہی کبھی اس طبقے کے لوگوں نے نہ کی ہو۔ اس کے نتیجے میں اتنا بڑا ستم ڈھایا جا رہا ہے کہ ہر تین نکاح میں ایک ضرور طلاق پر ختم ہو جاتا ہے۔ کاروباری اعلانات اور اشتہارات، اخبارات، رسالے ریڈیو حتیٰ کہ ٹی وی اور تمام طرح کی نمائشوں اور ذرائع ابلاغ، سبھی حربوں کو استعمال کر کے سادہ لوح، پریشان حال لوگوں کو بے وقوف بناتے ہیں اور ان کے ذہنوں میں وسوسے اور تشویش پیدا کرتے ہیں۔ پھر جب وہ دیکھتے ہیں کہ شکار پوری طرح پھنس گیا ہے اور قابو میں آ گیا ہے تو وہ ان کے ذریعے سے روپے بٹورتے ہیں۔ حالانکہ ان کو اچھی طرح معلوم ہے کہ یہ بیچارے انتہائی شدید بیماریوں میں مبتلا ہو چکے ہیں اور اکثر تو قانونی شکنجے میں جکڑ دیے جاتے ہیں۔ لیکن پھر بھی ان ظالموں کو ان پر ترس نہیں آتا۔ بعض نوجوان (یا ذہنی نابالغ، ادھیڑ عمر اور بوڑھے) جو خود کو نفسیاتی کمزوری میں مبتلا سمجھنے لگتے ہیں اور اس کوشش میں ہیں کہ شائد ان کی جنسی آسودگی کے لیے کوئی مالی امداد یا اس سے مطابقت کرنے کا کوئی موقع اور قوت مل جائے۔ اس آرزو میں وہ کسی رسالے یا جریدے کو جب کھولتے ہیں تو ان کو ہر صفحہ پر خوب پُر جوش اور بالکل از سر نو نئی جوانی واپس لانے اور سو فی صد تقاضوں کو پورا کرنے والا، سُرخ رو اور شادکام کرنے والا معجون، حلوہ، قوی باہ یا انجوائے کورس اور بے ضرر طلاء اور عورتوں کے بانجھ پن، جمود، سرد مہری کو متحرک اور تمتماہٹ پیدا کرنے والی دوائیں "مایوس مریضوں کی آس"۔ "مایوسی حرام ہے"۔ "اولاد سے محرومی کیوں"؟ "آیئے ہم اللہ کے حکم سے گود بھر دیں"۔ "ازدواجی زندگی سے مایوس اور شرمندہ مرد اور عورت کو محض ایک ہفتہ میں کامیابی سے ہمکنار کرنے والا کورس" "بوڑھوں کو جوان بنانے کے لیے ہم سے رجوع کریں" وغیرہ اشتہارات کی بھرمار ملے گی اور ایسے ایسے پُرکشش اور مسحور کن الفاظ سے آراستہ و مرصع کہ پڑھتے ہی ان دواؤں کو خریدنے کو جی للچائے۔ فوراً خرید لیتے ہیں اور بغیر سوچے سمجھے شروع کر دیتے ہیں ان دواؤں سے شائد تھوڑی دیر کے لیے جوش بھڑکتا بھی ہو لیکن پھر اس کے بعد بوتل کا کارک اور تمام جوش جھاگ بن کر اڑ جاتا ہے اور بوتل خالی کی خالی۔ اس سے بھی زیادہ ستم ظریف نام نہاد پیروں، فقیروں، عاملوں اور روحانی طبیبوں کا گروہ ہوتا ہے جن کا اشتہار آپ اس طرح پڑھتے رہے ہوں گے "محبوب آپ کے قدموں میں، کسی قسم کے گھریلو جھگڑوں، نامردی، بانجھ پن، اولاد کا نہ ہونا، ہر مراد پوری ہوگی، ایک بار آزمائش شرط ہے" وغیرہ، غرضیکہ جس طرح ٹمٹماتے ہوئے چراغ کی لَو بڑھاتے جایئے اور وہ بھڑک بھڑک کر آخر ٹھنڈا ہو جاتا ہے بس اس طرح یہ کم بخت، ظالم پیشہ ور تاجر، لوگوں کو ٹھنڈا کرتے رہتے ہیں اور شائد ہی کوئی ایسا خوش قسمت ہو جو ان کے فریب میں ایک مرتبہ نہ پھنسا ہو۔

ان حالات میں ضروری ہے کہ ملک کا پڑھا لکھا اور باشعور طبقہ آگے بڑھ کر اپنا کردار ادا کرے۔ دین اسلام نے انسانی زندگی کا کوئی گوشہ ایسا نہیں چھوڑا کہ جس کے بارے میں راہیں متعین نہ کی ہوں اور ملک میں ایسے دانشوروں کی بھی کمی نہیں ہے جو صحیح اسلامی قواعد و ضوابط سے آگاہ ہیں۔ پھر یہ جنسی علم کوئی ایسا علم بھی نہیں ہے کہ جس پر بات کرنے سے گناہ سرزد ہونے کا احتمال ہو۔ مسئلہ صرف جرات سے کام لینے کا ہے اور اپنے دلوں میں صحیح جذبوں کو اجاگر کرنے کا ہے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔

نوٹ: درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں (ایڈیٹر)

شعبان میں عبادت کی راتیں سعادت کے دن

شعبان میں نوافل پڑھنے اور روزہ رکھنے سے بے شمار فوائد حاصل ہوتے ہیں (انتخاب: عباس۔لیہ)

پہلے جمعہ کی شب کے نوافل:۔ شعبان کے پہلے جمعہ کی شب بعد نماز عشاء آٹھ رکعت نماز ایک سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص گیارہ گیارہ دفعہ پڑھے اور اس کا ثواب خاتونِ جنت حضرت فاطمہؓ کو بخشے۔ خاتونؓ جنت فرماتی ہیں کہ میں ہرگز بہشت میں قدم نہ رکھوں گی جب تک کہ اس نماز کے پڑھنے والے کو اپنے ہمراہ داخلِ بہشت نہ کرا لوں۔

چار رکعت نوافل:۔ شعبان کے پہلے جمعہ کی شب نماز عشاء کے بعد چار رکعت نماز ایک سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تین تین بار پڑھے۔ اس نماز کی بہت فضیلت ہے اور اللہ تعالیٰ کی طرف سے اسے عمرے کا ثواب عطا ہوگا۔

دو رکعت نفل:۔ شعبان کے پہلے جمعہ کو بعد نماز مغرب اور قبل نماز عشاء دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے ایک بار آیۃ الکرسی، دس یا بارہ بارہ بار سورۂ اخلاص، ایک بار سورۂ فلق، ایک بار سورۂ ناس پڑھے، انشاء اللہ تعالیٰ یہ نماز ترقی ایمان کے لیے بہت زیادہ افضل ہے۔

دس رکعت نوافل:۔ ایک روایت میں ہے کہ حضور اقدس ﷺ نے فرمایا کہ جو میرا نیازمند امتی شب برأت میں دس رکعت نفل اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورۂ اخلاص گیارہ گیارہ بار پڑھے تو اسکے گناہ معاف ہوں گے اور اس کی عمر میں برکت ہوگی۔ (نزہتہ المجالس)

دو رکعت نفل:۔ شعبان کی پندرھویں شب دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی ایک بار، سورۂ اخلاص پندرہ مرتبہ۔ بعد سلام کے درود شریف ایک سو مرتبہ پڑھ کر ترقی رزق کی دعا کرے۔ انشاء اللہ اس نماز کے باعث رزق میں ترقی ہو جائے گی۔

آٹھ رکعت نفل:۔ شعبان پندرھویں شب آٹھ رکعت نماز چار سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ القدر ایک بار، سورۂ اخلاص پچیس مرتبہ پڑھے۔ مغفرتِ گناہ کے واسطے یہ نماز بہت افضل ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 25 پر)

اپنا خون صاف کر لیجیے: دو تولہ شیشم کے تازہ پتے چند دن پانی میں جوش کر پیتے رہیں۔ آپ کے خون کی ہر خرابی دور ہو جائے گی

جامن سے شوگر کنٹرول

انتخاب: حکیم محمد رفیق۔ فیصل آباد

جامن کو ذیابیطس (شوگر) کی بیماری میں متواتر استعمال کرنے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔ اگر ذیابیطس کے مریضوں کو جامن کا رس اور آم کا رس ہم وزن ملا کر دیا جائے تو اس کا بہت فائدہ ہوتا ہے۔

سندھی جموں انگریزی Jambul

اس کا مزاج سرد خشک درجہ دوم ہے۔ اس کی مقدار خوراک ایک پاؤ سے تین پاؤ تک ہے۔ دوا آدھ پاؤ جامن، راب جامن دو تولے، مغز خستہ جامن تین ماشہ ہے۔ اس کا ذائقہ قدرے شیریں ہوتا ہے اور رنگ اودا سیاہ ہوتا ہے، اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

(1) جامن قوت باہ بڑھاتا ہے۔ (2) بھوک بڑھاتا ہے۔ (3) صفراوی دستوں کو تسکین دیتا ہے اور بند کرتا ہے۔ (4) گرم مزاج والے خواتین وحضرات کے معدہ وجگر کو قوت دیتا ہے۔ (5) خون کے جوش کو دور کرتا ہے۔ (6) جامن کا سرکہ ورم طحال کو تحلیل کرتا ہے۔ (7) پرانے سے پرانے اسہال کی مرض کو دور کرنے کیلئے مغز خستہ جامن کا سفوف ایک ماشہ تنہا دینے یا پھر ایک ماشہ سفوف خستہ انبہ کے ہمراہ دینے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔ (8) جامن کو ذیابیطس (شوگر) کی بیماری میں متواتر استعمال کرنے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے (9) ذیابیطس کے مریضوں کو اگر جامن کا رس اور آم کا رس ہم وزن ملا کر دیا جائے تو اس کا بہت فائدہ ہوتا ہے۔ یہ ایک عمدہ غذا کا کام دیتا ہے اور پھر آم کی گرمی بھی ختم ہو جاتی ہے (10) ذیابیطس کے مریض اگر تخم جامن تین تولہ، طباشیر ایک تولہ، دانہ سبز الائچی خورد، ڈیڑھ تولہ کا سفوف بنالیں اور صبح وشام ایک چمچہ چائے والا ہمراہ پانی روزانہ استعمال کریں تو متواتر اکیس روز استعمال کرنے سے مرض مکمل کنٹرول ہو جاتا ہے اور یہ نامراد بیماری اس وقت تک آعادہ نہیں کرتی جب تک بہت زیادہ بد پرہیزی نہ کی جائے۔ مجرب المجرب ہے (11) جامن مادہ منویہ کو گاڑھا کرتا ہے (12) جامن تیزابیت کا خاتمہ کرتا ہے (13) خون کی کمی کو پورا کرتا ہے اور مصفی خون بھی ہے (14) پیشاب کی جلن میں انتہائی مفید ہے (15) معدے کے زخم اور آنتوں کے ورم اس کے استعمال سے ٹھیک ہو جاتے ہیں (16) جامن چہرے کا رنگ نکھارتا ہے (17) رات کو سوتے میں منہ سے پانی بہنے کی شکایت کو دور کرتا ہے (18) سینے کی جلن کیلئے انتہائی مفید ہے (19) بچوں کی دستوں کی شکایت میں جامن کے درخت کی کونپلیں رگڑ کر بکری کے دودھ کے ہمراہ پلانے سے فوری فائدہ ہوتا ہے (20) جامن کا سرکہ پیٹ کی جملہ بیماریوں کو دور کرنے میں اکسیر کا درجہ رکھتا ہے (21) جامن کا شربت استعمال کرنے سے خون کی کمی دور اور چہرے کی رنگت نکھر آتی ہے (22) چہرے کے داغ، دھبے، چھائیاں، جامن کے شربت کے استعمال سے یا خالی جامن متواتر استعمال کرنے سے دور ہوتے ہیں (23) اگر دانتوں کی خرابی کی وجہ سے منہ سے بد بو آتی ہو تو جامن کھانے سے دور ہو جاتی ہے (24) جامن قابض ہوتا ہے۔ اسلئے اس پر نمک لگا کر استعمال کرنا چاہئے۔ لیکن جوش خون والے مریض نمک استعمال نہ کریں بلکہ جامن کی مقدار آدھ پاؤ کر لیں (25) جامن میں اللہ تعالیٰ نے شفا رکھی ہے اس لئے بچے، بوڑھے، جوان مرد اور خواتین تمام کو شوق سے کھانا چاہئے (26) جامن میں وٹامن سی بہت پائے جاتے ہیں (27) دو کلو جامن سایہ میں خشک کر کے سفوف بنائیں اور پھر اس میں کشتہ بیضہ مرغ (کسی اچھے دواخانے کا تیار شدہ لے لیں۔) ایک بڑا چمچہ سفوف جامن کے ہمراہ دو رتی کشتہ بیضہ مرغ پانی کے ساتھ صبح وشام کھانے سے ذیابیطس کی بیماری پر مکمل کنٹرول ہو جاتا ہے۔ ویسے بھی دیگر بیماریوں سے انسان محفوظ رہتا ہے (28) جن مریضوں کا معدہ کمزور ہو انہیں چاہئے کہ صبح ناشتے میں ایک پاؤ جامن (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اللہ پر یقین

تحریر: مولانا وحید الدین خان

ہر انسان کے اندر ضمیر ہے۔ یہ ضمیر خدا کی عدالت ہے۔ آپ اپنا مقدمہ اس خدائی عدالت میں لے جایئے۔

۱۹۴۰ کا واقعہ ہے۔ مشرقی یوپی کا ایک زمیندار گاؤں کے موچی پر غصہ ہو گیا۔ موچی نے اس کے جوتے کی مرمت میں دیر کر دی تھی۔ موچی کو زمیندار کے مکان پر بلایا گیا۔ زمیندار ایک ڈنڈا لے کر کھڑا ہوا اور موچی کو حکم دیا کہ اپنا کرتا اتار دے۔ موچی نے فوراً حکم کی تعمیل کی۔ اس نے نہ صرف کرتا اتارا بلکہ اپنی پیٹھ زمیندار کی طرف کر کے خاموش بیٹھ گیا تاکہ زمیندار بہ آسانی اس کے اوپر ڈنڈا برسا سکے۔

اولاً جب موچی زمیندار کے سامنے آیا تو وہ اس کو دیکھتے ہی بے حد خفا ہو گیا تھا۔ مگر جب موچی نے کوئی جواب نہ دیا اور خاموشی سے ننگی پیٹھ سامنے کر کے بیٹھ گیا تو زمیندار کو اس پر رحم آ گیا۔ اس نے اپنا ڈنڈا الگ رکھ دیا اور موچی کو یہ کہہ کر چھوڑ دیا جاؤ، اب ایسی غلطی مت کرنا۔

۱۹۴۰ کے زمانہ کو سامنے رکھ کر دیکھئے تو موچی اس وقت مکمل طور پر بے بس تھا اور زمیندار اس کے اوپر ہر قسم کا اختیار رکھتا تھا۔ پھر کیا چیز تھی جس نے ایک بااختیار کے ظلم سے ایک بے اختیار کو بچالیا۔ یہ وہ ضمیر تھا جس کو قدرت نے ہر انسان کے اندر رکھ دیا ہے، خواہ وہ اچھا ہو یا برا۔ موچی نے جب زمیندار کے آگے اپنے آپ کو جھکا دیا تو اس کا غصہ ٹھنڈا ہو گیا۔ اب اس کا ضمیر زندہ ہو کر کام کرنے لگا جس کے اوپر غصہ نے وقتی پردہ ڈال دیا تھا۔ اس کے برعکس موچی اگر زمیندار سے تیز زبانی کرتا یا اس سے مزاحمت کرتا تو وہ زمیندار کے غصہ کو بڑھا کر اس کے ضمیر کو بالکل دبا دیتا اور اس طرح اپنے آپ کو اس قیمتی مددگار سے محروم کر لیتا جو ہر ظالم کے دل میں آخری طور پر مظلوم کے لیے رکھ دیا گیا ہے۔ اس دنیا کے بنانے والے نے اس کا نظام بڑی عجیب حکمتوں کے ساتھ بنایا ہے۔ یہاں ایک شخص کے لیے اس وقت بھی کوئی نہ کوئی محفوظ سہارا موجود ہوتا ہے جب کہ بظاہر وہ بالکل بے سہارا ہو چکا ہو بشرطیکہ وہ کوئی نادانی کر کے اپنے آپ کو اس آخری سہارے سے محروم نہ کر لے۔ زمیندار کے پاس اگر اپنی طاقت تھی تو موچی کے پاس خدا کی طاقت تھی اور کون ہے جو خدا کی طاقت کے آگے ٹھہر سکے۔ ہر انسان کے اندر ضمیر ہے۔ یہ ضمیر خدا کی عدالت ہے۔ آپ اپنا مقدمہ اس خدائی عدالت میں لے جایئے اور پھر کبھی آپ کو کسی سے ظلم کی شکایت نہ ہوگی۔

سخی کی نشانی: دست بالا یعنی سخی کا ہاتھ دست زیریں یعنی سائل کے ہاتھ سے بہتر ہے، بخل اور ایمان ایک دل میں جمع نہیں ہو سکتے

اللہ کی راہ میں خرچ کرنے کا اجر

بچوں کا صفحہ

حضرت علیؓ نے رسول اللہ ﷺ سے تمام ماجرا بیان کیا۔ آپ ﷺ نے فرمایا اونٹنی بیچنے والے حضرت جبرائیل علیہ السلام، خریدنے والے میکائیل علیہ السلام اور اونٹنی وہ تھی جو قیامت کے دن حضرت فاطمہؓ کی سواری میں ہوگی۔

ننھی چڑیا کی آزادی

ایک کھیت کے قریب درختوں کی قطار تھی۔ جہاں درخت پر ایک ننھی سی چڑیا نے اپنا گھونسلہ بنا رکھا تھا۔ سال بھر یہ چڑیا ادھر ادھر دانہ دنکا چگتی پھرتی، مگر جب موسم بہار آتا تو یہ گھونسلا آباد ہو جاتا۔ اس گھونسلے میں اس سال اس نے چار انڈے دیئے۔ ان انڈوں پر بیٹھ کر گھنٹوں انہیں سیتی۔ انڈوں کو سینے کی مدت ختم ہوئی تو انڈوں سے چار بچے نکلے۔ چڑیا قریبی کھیت پر اتر کر پیٹ بھرتی اور اپنے چاروں بچوں کو اپنی چونچ سے دانہ کھلاتی۔ بچوں کو ہر وقت بھوک لگتی رہتی اور چڑیا تھوڑی تھوڑی دیر بعد انہیں دانہ کھلاتی رہتی۔

اس کھیت کا مالک ایک چھوٹے دل کا آدمی تھا۔ جب بھی وہ اس ننھی سی چڑیا کو اپنے کھیت میں دانہ چگتا دیکھتا تو اسے غصہ آجاتا کہ میں تو محنت سے کھیت میں دن رات ایک کر کے فصل اگاتا ہوں اور یہ کم بخت چڑیا میری محنت پر دن دہاڑے ڈاکہ ڈالتی ہے۔ کسان اس کو پکڑنے کی فکر میں لگ گیا۔

آخر ایک دن اس کسان نے چڑیا کو جال میں پھنسا ہی لیا۔ اگلے دن اس نے چڑیا کو پنجرے میں بند کیا اور شہر کی طرف چل کھڑا ہوا کہ اب تو اس ڈاکن چڑیا کا اور میرا انصاف بادشاہ سلامت کی عدالت میں ہی ہوگا۔ چڑیا بے چاری پنجرے کی سلاخوں سے سر مار رہی تھی اور کسان سے التجا کر رہی تھی کہ مجھے چھوڑ دو۔ میرے بچے بھوک سے بلک رہے ہوں گے، مگر کسان نے ایک نہ سنی۔ راستے میں ایک آدمی ملا جس کی گاؤں میں دکان تھی۔ وہ شہر سے دکان کا سامان لا رہا تھا۔ ننھی چڑیا کی فریاد سن کر اسے بڑا ترس آیا۔ اس نے کسان سے کہا: ''بھائی کسان! میں تمہیں ایک جوڑی جوتے دوں گا، اس چڑیا پر رحم کھاؤ اور اسے آزاد کر دو۔''

مگر کسان اپنی ضد پر اڑا رہا اور بولا: ''اب اس بدذات چڑیا کا اور میرا انصاف تو بادشاہ سلامت کے دربار میں ہی ہوگا۔ شہر کی طرف آتا ہوا ایک اور تاجر ملا۔ ننھی چڑیا کی فریاد سن کر اسے بھی چڑیا پر رحم آ گیا۔ اس نے کسان سے کہا: ''بھائی کسان تمہارے بھی بچے ہیں۔ اس چڑیا کو آزاد کر دو۔ بدلے میں تم کو دو سیر گڑ دوں گا۔''

مگر ظالم اور بے رحم کسان نے ایک نہ سنی۔ کسان چلتے چلتے پہنچ کر بادشاہ سلامت کے دربار میں حاضر ہوا۔ کسان کی باری آئی اور حکم ملا کہ وہ بیان کرے کہ اس کا کیا مسئلہ ہے؟ کسان نے اپنی شکایت بیان کی اور کہا: ''حضور والا! اب اس چڑیا کا اور میرا انصاف آپ ہی کیجئے۔''

بادشاہ نے حکم دیا کہ کسان کو پانچ اشرفیاں دی جائیں اور ننھی چڑیا کو پنجرہ کھول کر فوراً آزاد کر دیا جائے۔ مگر یہ بے وقوف کسان اپنی ضد پر اڑا رہا کہ میں تو حضور سے انصاف چاہتا ہوں۔ بادشاہ سلامت نے حکم دیا کہ کسان کو ایک من اناج دے کر ننھی چڑیا کو آزاد کر دیا جائے۔ کسان اب بھی نہیں مانا تو بادشاہ سلامت کو غصہ آ گیا۔ بادشاہ نے اپنے دانا وزیر کے کان میں کچھ کہا۔ دانا وزیر اس کسان سے مخاطب ہوئے اور بولے: ''اے کسان! تو نہ صرف ضدی ہے بلکہ بے وقوف بھی ہے۔ یہ چڑیا تیرے کھیت میں جا کر چوری نہیں کرتی بلکہ تجھ پر بڑا احسان کرتی ہے۔ یہ ان چھوٹے چھوٹے کیڑوں کو چن چن کر کھا جاتی ہے، جو تیری فصل کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ اے بے وقوف کسان! تجھے تو اس ننھی چڑیا کا احسان ماننا چاہئے۔ بادشاہ سلامت کا انصاف یہ کہتا ہے کہ تجھے ایک ہفتے کے لیے جیل بھیج دیا جائے اور بے چاری چڑیا کو اسی وقت رہا کر دیا جائے۔'' کسان کھڑا پچھتا رہا تھا کہ کاش وہ پانچ اشرفیاں قبول کر لیتا، مگر اسے وہ کہاوت یاد آ گئی:

''اب پچھتائے کیا ہو جب چڑیا چگ گئیں کھیت''

(مرسلہ: عابد شبیر۔ لاہور)

چالاک کون؟

ایک کوا روٹی کا ٹکڑا اپنی چونچ میں لیے ہوئے ایک درخت کی ٹہنی پر بیٹھا تھا۔ ایک لومڑی کا گزر ادھر سے ہوا۔ منہ میں پانی بھر آیا (لومڑی نے) سوچا کہ کوئی ترکیب کی جائے کہ یہ اپنی چونچ کھول دے اور روٹی کا ٹکڑا میں جھپٹ لوں۔ اس نے مسکین صورت بنا کر اور منہ اوپر اٹھا کر کہا: ''کوے میاں! سلام۔ تیرے حسن کی کیا تعریف کروں، کچھ کہتے ہوئے جی ڈرتا ہے۔ واہ واہ، چونچ بھی کالی، پر بھی کالے آج کل تو دنیا میں مستقبل کالوں ہی کے ہاتھ میں ہے۔ افریقہ میں بھی بیداری کی لہر دوڑ گئی ہے، لیکن خیر یہ سیاست کی باتیں ہیں۔ میں نے تیرے گانے کی تعریف سنی ہے۔ تو اتنا خوب صورت ہے تو گانا بھی اچھا گاتا ہوگا۔ مجھے گانا سننے کا شوق یہاں کھینچ لایا ہے، ہاں تو ایک آدھ بول ہو جائے۔'' کوا پھولا نہ سمایا، لیکن کوے نے سیانے پن سے کام لیا۔ روٹی کا ٹکڑا منہ سے نکال کر پنجے میں تھاما اور لگا کائیں کائیں کرنے۔ بی لومڑی کا کام نہ بنا تو یہ کہتی ہوئے چل دی: ''ہٹ تیرے کی بے سرا بھانڈ۔ معلوم ہوتا ہے تو نے بھی حکایات لقمان پڑھ رکھی ہے۔''

(مرسلہ: سونیا منیر۔ سمندری)

اللہ کی راہ میں خرچ کرنے کا اجر

حضرت علیؓ ایک روز غلہ خریدنے کی نیت سے حضرت فاطمہؓ کی ایک چادر بازار میں بیچنے کے لیے لے گئے اور چھ درہم کے بدلے ایک خریدار کے ہاتھ فروخت کر دی۔ راہ میں ایک سائل کو سوال کرتا ہوا دیکھا اور سب درہم سائل کو دے دیئے۔ اس بات کا خیال نہ کیا کہ گھر کیا لے کر جاؤں گا۔ گھر میں سب بھوکے ہیں لیکن اللہ تعالیٰ کی شان دیکھئے کہ حضرت جبرائیل علیہ السلام اعرابی کی صورت میں اونٹنی لیے آپؓ کے سامنے آئے اور کہنے لگے علی تم اس اونٹنی کو خریدنا چاہتے ہو تو خرید لو قیمت پھر دے دینا۔ حضرت علیؓ نے سو درہم قیمت میں اونٹنی خرید لی۔ اتنے میں حضرت میکائیل علیہ السلام ملے اور کہا اگر تم اس اونٹنی کو بیچو تو ایک سو ساٹھ درہم دیتے ہیں، آپؓ ہمیں دے دیجئے۔ آپؓ بہت خوش ہوئے اور ایک سو ساٹھ درہم لے کر اونٹنی دے دی۔ اس کے بعد حضرت جبرائیل علیہ السلام ملے اور اپنے سو درہم طلب کئے۔ آپؓ نے سو درہم دیدیئے اور ساٹھ درہم لے کر اپنے گھر میں واپس آ گئے۔ حضرت فاطمہؓ نے دریافت کیا کہ یہ ساٹھ درہم کیسے مل گئے؟ فرمایا اللہ کریم سے تجارت کی تھی، ساٹھ درہم کا فائدہ ہوا۔ پھر حضرت علیؓ نے رسول اللہ ﷺ سے تمام ماجرا بیان کیا۔ آپ ﷺ نے فرمایا اونٹنی بیچنے والے حضرت جبرائیل علیہ السلام، خریدنے والے میکائیل علیہ السلام اور اونٹنی وہ تھی جو قیامت کے دن حضرت فاطمہؓ کی سواری میں ہوگی۔ دیکھو لو بچو! حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے چھ درہم اللہ تعالیٰ کی راہ میں صرف کئے تھے۔ جس کے بدلے میں ساٹھ درہم ملے۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے۔ **مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهٗ عَشْرُ اَمْثَالِهَا** (ترجمہ) یعنی جو ایک نیکی کرے گا اس کے بدلے دس حصے پائے گا (سورۃ انعام آیت نمبر 160) (مرسلہ: علی حیدر)

فائدہ نمبر 5 : جو شخص جنگ میں قطب آیت کو تیرہ یا پندرہ مرتبہ پڑھے گا۔ دشمن پر غلبہ پائے گا۔

عمدہ اور دیدہ زیب پھلوں کا مہینہ

''طبیب انسانیت نبی کریم ﷺ انگور اور جامن کے سرکہ کو اکثر امراض جلدیہ اور پیٹ کی لاتعداد بیماریوں میں استعمال کی اجازت دیتے ہیں۔'' ایک چھٹانک جامن نہار منہ کھانے کے بعد ایک پیالہ دودھ پینے سے شوگر کنٹرول ہو جاتی ہے۔

اگست کا مہینہ بھرپور برسات کا مہینہ ہوتا ہے۔ اسی وجہ سے اس مہینے کو موسمی لحاظ سے سال بھر کے تمام مہینوں میں غلیظ و مرطوب، متعفن و کثافت آمیز، نیز کیڑوں مکوڑوں کے باعث پیدا ہونے والی بیماریوں کا موسم قرار دیا گیا ہے۔

اس مہینے میں بعض موسمی پھل اپنی رنگت و شباہت اور شکل و صورت کے اعتبار سے بہت عمدہ اور دیدہ زیب دکھائی دیتے ہیں۔ لیکن اگر ان کے بطون میں بغور جھانکا جائے تو معلوم ہو گا کہ ان میں عجیب الخلقت، نہایت مختصر حجم والی ننھی ننھی خورد بینی مخلوق آباد ہے اور یہی وہ مخلوق ہے جو کیڑوں کے نام سے معروف اور گوناگوں ہولناک امراض پیدا کرنے میں مصروف ہے۔ عام آدمی شاید یقین نہ کرے لیکن حقیقت یہ ہے کہ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں بیشتر پھلوں، پھولوں میں بھانت بھانت کی جراثیم نما حشراتی مخلوق ظہور پذیر ہو جاتی ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں کائنات ارض کی گداز و ملائمت رکھنے والی ہر چیز خورد بینی جرثوموں اور ناقابل قیاس حد تک ننھے ننھے کیڑوں کی آماج گاہ بن جاتی ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں سینۂ گیتی پر کیچوؤں اور بیر بوٹیوں کا سیلاب جا بجا پھوٹ پڑتا ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں چند فی صد انتہائی محتاط، کم خور، باقاعدہ غسل کے عادی، صفائی پسند، مشقت طلب، توانا اعصاب اور ہمہ وقت مصروف رہنے والے افراد کے سوا قریب قریب ہر شخص موسمی عوارض میں مبتلا رہتا ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں ہیضہ کسی پر اسرار آسیب کی طرح بھری ہوئی بستیوں میں چپکے سے نمودار ہوتا ہے اور ہلاکت خیزیوں میں مصروف ہو جاتا ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں موسم کا تلون اپنی انتہاء کو پہنچ جاتا ہے یعنی نومبر دسمبر کی خنکی دوڑنے لگتی ہے اور بادل چھٹ کر دھوپ نکلتی ہے تو کسی جراح کے نشتر کی طرح بدن میں اترتی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔

☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں فساد خون کا موسمی تغیر امیر غریب اور چھوٹے بڑے کی کسی تخصیص کے بغیر ہر ذی روح پر ٹوٹ پڑتا ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں سوءِ ہضم، اعصابی نقاہت، درد شکم، پیٹ کے کیڑے، پھوڑے پھنسیاں، خارش، امتلاء طبیعت حتیٰ کہ بھگندر، فساد امعاء کے عوارض غیر محتاط اور کمزور اعصاب والے افراد کو اپنی لپیٹ میں لے لیتے ہیں ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں سبزیوں اور ترکاریوں تک کی آغوش کیڑوں کا گہوارہ عاطفت بن جاتا ہے۔

ان تمام حقائق کے پیش نظر ہر صاحب نظر، محتاط اور صحت و ثبات کو عزیز رکھنے والے انسان کے لیے لازمی ہے کہ وہ اس مہینے میں اپنے معمولات زندگی کو احتیاط، توازن و اعتدال اور حفظان صحت کے اصولوں کا پابند بنائے۔ بصورت دیگر کسی نہ کسی موسمی عارضے کی میزبانی کے لیے تیار رہے۔

اگست کے پھل: اگست کے معروف پھلوں میں آم کو جو مرتبت حاصل ہے۔ وہ کسی اور پھل کو نصیب نہ ہوئی۔ آم بہار آفرین پھل ہے۔ ادبی دنیا کے شہسواروں نے اسے پھلوں کا بادشاہ گردانا ہے۔ آم پختہ جس کا رس شیریں ہو، خون کے مزاج سے نسبت رکھتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ آم خون پیدا کرنے میں معاونت کرتا ہے۔

آم خام جس کا مربہ تیار ہوتا ہے، اچار بنتا ہے یہ کسی صورت میں بھی ہو بلغمی مزاج میں ضرر پہنچائے بغیر نہیں رہتا۔ البتہ کچے آم کا رس ایک وقت پر حیات نو کا پیامبر ہے۔ جب سن سٹروک یعنی سورج کی جھلسا دینے والی گرمی حرام مغز کی جھلیوں کو متورم کر دیتی ہے۔ ایسی حالت میں انسان بے ہوش ہو کر گر جاتا ہے اور اسے تن بدن کا ہوش نہیں رہتا۔ ایسی صورت میں کچے آم کا رس نکال کر تین گنا پانی ملا کر نیم سرد کر کے ایک ایک گھونٹ بار بار دیں۔ چند ساعتوں میں ہوش آ جائے گا پھر اس کے بعد نیم ترش کوئی بھی مشروب دے سکتے ہیں۔ یہ تھا کچے آم کا مسیحائی کرشمہ۔ جسے شوگر کا مرض ہو اس کے لیے آم مضر ہے۔

جامن: یہ پھل ماہ اگست کا چند روزہ مہمان پھل ہے۔ حکیم مطلق کی جانب سے کائنات میں اسے جو رنگ ملا ہوا ہے یہ اس کا حصہ ہے۔ اس کا پوست گوشت ہڈیاں اور تخم سبھی قیمتی اجزاء ہیں۔ حکمائے قدیم کا کہنا ہے کہ شوگر کے مریض کے لیے اس کا وجود مژدہ جانفزا سے کم نہیں۔ امراض جگر، گردہ اور مثانہ میں اس کا استعمال تیر بہدف کا کردار ادا کرتا ہے۔ اس کا سرکہ پیٹ کے اکثر عوارض کا جادو اثر علاج ہے۔ طبیب انسانیت نبی کریم ﷺ انگور اور جامن کے سرکہ کو اکثر امراض جلدیہ اور پیٹ کی لاتعداد بیماریوں میں استعمال کی اجازت دیتے ہیں۔ اس کے کھانے کا بہترین طبی طریقہ یہ ہے کہ ایک چھٹانک صبح نہار منہ کھا کر ایک پیالہ دودھ کا پی لیں۔ چند دنوں کے استعمال سے شوگر کے عارضہ کی بیخ کنی ہو جائے گی۔ اس کے بیج (گٹھلی) کا نمک اخذ کر لیں ایک گولی صبح شام اور تین دن تک کھلائیں۔ جگر گردے اور شوگر کے امراض میں حیرت انگیز حد تک مفید ثابت ہو گا۔ جن لوگوں کی تلی اور جگر بڑھا ہوا ہے۔ وہ احباب اس پھل کا پانی نکال لیں اور دھیمی دھیمی آنچ پر رکھیں۔ جب نصف پانی جل جائے تب فی بوتل پانی ایک تولہ قلمی نوشادر ملا دیں۔ اگر قلمی نوشادر دستیاب نہ ہو تو ٹھیکری نوشادر ملا کر رکھیں اور روزانہ دونوں وقت چائے والا ایک ایک چمچ استعمال کرائیں اور طب مشرق کی سحر کاری کا اندازہ لگائیں۔

ٹماٹر: ٹماٹر کی تمام تر قوت اس کی جھلی میں دبی رہتی ہے۔ حکمائے قدیم میں بہت سے علمائے علم الابدان و ماہرین علم العقاقیر نے انکشاف کیا ہے کہ اس پختہ پھل کا کچا کھانا از حد مفید ہے۔ آنچ دینے سے اس کی قوت جاتی رہتی ہے نیز اس میں چھلتر پیدا ہو جاتی ہے۔ جو معدہ، جگر میں پتھری کے محلول کی صورت میں جمع رہتی ہے جو بڑھ کر خراش کا باعث بنتی ہے۔ جس سے کئی مرتبہ پیشاب کے راستے خون آ جاتا ہے۔ بہرحال ٹماٹر وافر خون پیدا کرنے اور قوت ہاضمہ میں مدد دینے کی پوری پوری صلاحیت رکھتا ہے۔ جسے موسم برسات میں لیموں پیاز اور ٹماٹر ملا کر کالی مرچ اور نمک چھڑک کر غذا کے درمیان استعمال کرنا صحت کے لیے نیک فال ہے۔

سفوف جریان

سفوف جریان جو کہ عرصہ اٹھارہ سال سے مطب پر کامیابی کے ساتھ چلایا جا رہا ہے جہاں کہیں بھی دیا گیا ہے۔ بہت ہی فائدہ ہوا ہے۔ جریان، احتلام، سرعت انزال کے لیے مجرب ہے۔ خوراک 4 ماشہ ہمراہ پانی صبح خالی پیٹ استعمال کرائیں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہو گا۔

نسخہ: تخم سدب، گلنار، اسپغول، مغز تمر ہندی۔ تمام ادویات کو باریک پیس لیں۔ **نوٹ:** اس نسخہ کے استعمال سے اکثر افراد کو دست لگ جاتے ہیں ان کو ہم لیموں کی سکنجبین بتلاتے ہیں اور یہ دست خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ بہت ہی مجرب اور بے خطا نسخہ ہے۔ (مراسلہ: محمد ارشد زبیر۔ سرگودھا)

امراض چشم: اس میں وٹامن اے کا استعمال مفید ہوتا ہے۔ گھاس، گاجر میں وٹامن اے کثرت سے ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ مچھلی کے تیل میں بھی پایا جاتا ہے۔

باپ کی ہدایت کا ذریعہ ❁ ترقی میں رکاوٹیں ❁ شفا کا آسان عمل

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے۔ آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تا کہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات دور ہوں۔ یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف وعملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

باپ کی ہدایت کا ذریعہ

جس شخص کا باپ شریعت کی نافرمانی کرتا ہو اور بیٹا شریعت کا تابعدار ہو اور باپ کو بھی خدا اور رسول ﷺ کا تابعدار بنانا چاہے تو اکیس مرتبہ روزانہ اکیس دن تک (سورۂ مریم کی آیت نمبر 43) پڑھ کر پانی یا کسی اور چیز پر دم کر کے پلائے انشاء اللہ مقصود حاصل ہوگا۔ آیت یہ ہے۔

يٰٓاَبَتِ اِنِّىْ قَدْ جَآءَنِىْ مِنَ الْعِلْمِ مَالَمْ يَاْتِكَ فَاتَّبِعْنِىْٓ اَهْدِكَ صِرَاطًا سَوِيًّا ۝

جھوٹ سے بچنا

جو شخص جھوٹ بولنے کا عادی ہو اور چاہے کہ جھوٹ کی عادت چھوٹ جائے۔ ایک ہزار دفعہ انیس دن تک (سورۂ مریم کی آیت نمبر 54) کو عشاء کی نماز کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھنے کے بعد پڑھے اور حق تعالیٰ سے دعا کرے کہ الٰہی حضرت اسماعیل علیہ السلام کے طفیل سے مجھے سچی زبان والا بنادے۔ انشاء اللہ تعالیٰ نہایت صادق القول ہو جائے گا۔

وَاذْكُرْ فِى الْكِتٰبِ اِسْمٰعِيْلَ اِنَّهٗ كَانَ صَادِقَ الْوَعْدِ وَكَانَ رَسُوْلًا نَّبِيًّا ۝

ترقی میں رکاوٹیں

جس کسی ملازم کا عہدہ ٹوٹ کر تنزل ہوا ہو یا تجارت میں گھاٹا آیا ہوا۔ آبرو بگڑ گئی ہو چالیس دن، رات کے اندھیرے میں بیٹھ کر تین ہزار مرتبہ (سورۂ مریم کی آیت نمبر 56 تا 58) کا پڑھنا انشاء اللہ کھوئی ہوئی عزت کو دوبارہ واپس لاتا ہے۔ بگڑی ہوئی بات کو بناتا ہے اگلے پچھلے سارے نقصان پورے کرتا ہے۔ اگر خلوص کے ساتھ پڑھا جائے تو عمل مجرب ہے۔ (آیات یہ ہیں)

وَاذْكُرْ فِى الْكِتٰبِ اِدْرِيْسَ اِنَّهٗ كَانَ صِدِّيْقًا نَّبِيًّا ۝ وَّرَفَعْنٰهُ مَكَانًا عَلِيًّا ۝ اُولٰٓئِكَ

الَّذِيْنَ اَنْعَمَ اللّٰهُ عَلَيْهِمْ مِّنَ النَّبِيّٖنَ مِنْ ذُرِّيَّةِ اٰدَمَ

طاعون اور ہیضہ سے حفاظت کے لیے

جس شہر میں کسی قسم کا مرض، طاعون یا ہیضہ وغیرہ پھیل رہا ہو اور اگر کوئی شخص یہ چاہے کہ میرا گھر اس بلا سے محفوظ رہے وہ (سورۂ مریم کی آیت نمبر 71 تا 73) تک تین مرتبہ کاغذ پر لکھ کر مکان کے دروازے پر لگائے انشاء اللہ ضرور اس وبا سے مکان محفوظ رہے گا۔

وَاِنْ مِّنْكُمْ اِلَّا وَارِدُهَا ۚ كَانَ عَلٰى رَبِّكَ حَتْمًا مَّقْضِيًّا ۝ ثُمَّ نُنَجِّى الَّذِيْنَ اتَّقَوْا وَّنَذَرُ الظّٰلِمِيْنَ فِيْهَا جِثِيًّا ۝ وَاِذَا تُتْلٰى عَلَيْهِمْ اٰيٰتُنَا بَيِّنٰتٍ قَالَ الَّذِيْنَ كَفَرُوْا لِلَّذِيْنَ اٰمَنُوْٓا ۙ اَىُّ الْفَرِيْقَيْنِ خَيْرٌ مَّقَامًا وَّاَحْسَنُ نَدِيًّا ۝

محبت سلوک کے لیے مجرب ہے

اگر دو لڑے ہوئے روٹھوں میں ملاپ کرانا، میاں بیوی میں سلوک محبت کرانا منظور ہو تو صبح کی نماز کے بعد تین دن تک برابر ایک سو تیس مرتبہ (سورۂ مریم کی آیت نمبر 96 تا 97) کو کسی چیز پر دم کر کے لڑے روٹھے کو کھلانا اور پڑھنے کے بعد اللہ سے دعا کرنا محبت سلوک پیدا کرنے کے لیے اللہ کے حکم سے یہ عمل نہایت مجرب ہے۔ آیات یہ ہیں۔

اِنَّ الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَعَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمٰنُ وُدًّا ۝ فَاِنَّمَا يَسَّرْنٰهُ بِلِسَانِكَ لِتُبَشِّرَ بِهِ الْمُتَّقِيْنَ

شفا کا آسان حل

سورج نکلنے سے پہلے طٰهٰ مَآ اَنْزَلْنَا سے لیکر لَهُ الْاَسْمَآءُ الْحُسْنٰى تک (سورۂ طٰہٰ آیت نمبر 1 تا 8) سات مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کرنا مریض کو سات دن میں خدا کے فضل سے شفا ملتی ہے۔

زندگیوں کے تجربات

حضور اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: "عقل مند وہ ہے جو نفس پر قابو پائے اور موت کے بعد کی تیاری کرے"

(تحریر: میاں محمد قاسم۔ لاہور)

شکم سیری اچھی نہیں: حضرت یحییٰ بن معاذ رازیؒ کہا کرتے تھے: "جو اپنے پیٹ کو زیادہ بھرے گا، اس کا گوشت بھی زیادہ ہوگا۔ جس کا گوشت زیادہ ہوگا اس کی شہوات (خواہش) بھی زیادہ ہوں گی۔ جس کی شہوات زیادہ ہوں گی، اس کے گناہ بھی کثیر ہوں گے۔ جس کے گناہ کثیر ہوگئے، اس کا دل سخت ہو جائے گا۔ جس کا دل سخت ہو گیا وہ دنیا کی آفات اور زینت میں غرق ہو جائے گا۔

ذہانت کے پہلو: عقل یہ ہے کہ کامیابی کے لیے محنت کی جائے۔ ذہانت یہ ہے کہ ساری محنت امتحان سے پہلے کر لی جائے تاکہ امتحان سے پہلے اگر امکانی مصروفیات پیدا ہو جائیں تو بھی کامیابی کا امکان برقرار رہے اور حکمت یہ ہے کہ ان اوصاف کے استعمال میں حتی الامکان راز داری برتی جائے یعنی اپنے پروگرام کا ڈھنڈورا نہ پیٹا جائے اور استقامت سے منزل کی آخری سیڑھی تک کمال خوبی سے پہنچا جائے۔ ایسے حکیمانہ طرز عمل سے کامیابی یقینی ہو جاتی ہے۔ حضور اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: "عقل مند وہ ہے جو نفس پر قابو پائے اور موت کے بعد کی تیاری کرے"

پانچ چیزوں کے پانچ جوابات:

حضرت شقیق بن ابراہیمؒ فرماتے ہیں کہ میں نے سات سو علماء سے پانچ چیزوں کے متعلق سوال کیا تمام نے ایک جواب دیا: (1) میں نے پوچھا، عاقل کون ہے؟ سب نے یہی جواب دیا ہے کہ عاقل وہ شخص ہے جو دنیا سے محبت نہیں رکھتا (2) میں نے پوچھا، دانا اور ہوشیار کون ہے؟ جواب ملا، جسے دنیا دھوکا نہ دے سکے (3) میں نے پوچھا، فقیہ کون ہے؟ جواب ملا، جو زیادہ کی طلب نہیں رکھتا (4) میں نے پوچھا غنی کون ہے؟ جواب ملا، جو اپنے لیے اللہ کی تقسیم پر راضی ہو جائے۔ (5) میں نے پوچھا، بخیل کون ہے؟ جواب ارشاد ہوا، جو شخص اپنے مال سے اللہ پاک کا حق ادا نہیں کرتا

تصحیح نیت کا اہتمام: حضرت حسن بصریؒ فرماتے ہیں کہ اہل جنت کا جنت میں داخلہ اور اہل جہنم کا جہنم میں داخلہ ان کے اعمال کی وجہ سے ہوگا۔ ہر فریق کا ہمیشہ ہمیشہ کے لیے جنت یا دوزخ میں رہنا محض نیت پر مبنی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

خدا کی طرف سے ہلاکت: جب خدا کو کسی کی ہلاکت منظور ہوتی ہے تو سب سے پہلے خود رائے کی خود رائی اس کو برباد کرتی ہے

کان بجتے ہیں	ٹانگوں کی تکلیف	بالوں کے تمام امراض کا حل	بیماریوں کا مجموعہ

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

کان بجتے ہیں

میری بیوی کو کان بجنے کی شکایت ہے۔ اس کو فشارِ خون کی بھی معمولی سی شکایت ہے ممکن ہے یہی وجہ ہو۔ کسی تدبیر سے فائدہ نہیں ہو رہا ہے۔ (عبدالعزیز۔ گوجرانوالہ)

جواب: کان میں شور ہونے کی متعدد اسباب ہو سکتے ہیں جن میں سے ایک فشارِ خون (بلڈ پریشر) بھی ہے۔ گردے اور دل کی بیماریاں بھی اس کا سبب ہو سکتی ہیں۔ اس مرض میں کولیسٹرول (مومی مادہ جو خون کی رگوں میں جم کر ان کو تنگ کر دیتا ہے اور فشارِ خون کا باعث ہوتا ہے) کو کنٹرول کرنا بہت ضروری ہے۔ آج کل مغرب میں مکئی اور سورج مکھی کے تیل اور اسی قسم کے دوسرے ایسے تیل جو جمتے نہیں ہیں، بہت مقبول ہو رہے ہیں، کیوں کہ ان میں کولیسٹرول پیدا کرنے کی خاصیت بہت ضعیف ہوتی ہے۔ وٹامن ای خون کی رگوں کو تندرست رکھنے کے لیے بہت عجیب و غریب ہے اور حیاتین ج اس سلسلے میں اس کو بہت مددگار ثابت ہوتی ہے۔ یہ دونوں کان بجنے میں بہت مفید ہیں ان کو ضرور آزمانا چاہیے۔

سیب کا سرکا بھی اس مرض میں مفید ثابت ہوتا ہے۔ چائے کے دو چمچوں کی مقدار میں یہ سرکا پانی سے بھرے ہوئے ایک گلاس میں ڈال کر مرض کی شدت کے اعتبار سے دن میں ایک بار دو بار یا زیادہ بار پینے سے بھی یہ شکایت رفع ہو جاتی ہے۔ دیہات کے لوگ قدیم زمانے سے اس کو اس مرض میں استعمال کرتے ہیں۔ اس مرض کے لیے یہ تدبیر بھی اختیار کی جاتی ہے کہ سیدھے کھڑے ہو کر دونوں ہاتھ سر کے اوپر بلند کر کے گہرے گہرے سانس لیں۔ دو تین روز تک مسلسل فاقہ کرنا بھی اس مرض میں مفید ثابت ہوتا ہے۔

ٹانگوں کی تکلیف

سوال: میرا بھائی جس کی عمر 21 سال ہے۔ ایک سال پہلے اچانک ٹانگوں کی تکلیف میں مبتلا ہو گیا ہے۔ پہلے ٹیسٹ ٹھیک نکلے پھر ڈاکٹر نے کہا پانی ہے، کسی نے کہا جادو ہے۔ فالج کو تقا بو کر لیا گیا ہے۔ کچھ بہتر ہو گیا ہے۔ گھٹنوں سے پانی بھی نکلا اب پھر تکلیف میں ہے۔ گھٹنوں کی وجہ سے ٹانگوں کی جلد بھی خراب ہے جس سے پانی رستا ہے اور جم جاتا ہے۔ اب کوئی کہتا ہے کہ بچے پر جادو نہیں ہے لیکن گھر پر ابھی بھی ہے۔ گھر میں بہت پریشانی ہے۔ امی ابو نماز روزہ بھی کرتے ہیں۔ براہ کرم کوئی ایسا وظیفہ اور دوا بتائیں کہ میرا بھائی مکمل صحت مند ہو جائے۔ (خیر النساء۔ نواب شاہ)

جواب: آپ اپنے بھائی کا روحانی اور طبی دونوں علاج کرائیں۔ طبی طور پر معجون عشبہ، اطریفل منڈی، اطریفل اسطخدوس اور مرہم خارش۔ یہ ادویات لے کر اوپر لکھی ترکیب کے مطابق 2 ماہ کم از کم مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ اس کا مسئلہ دراصل خون کے فساد اور خرابی کا ہے اور غذائی بے اعتدالی بھی اس میں بڑا اثر رکھتی ہے۔ لہٰذا آپ اپنی غذا کا خیال رکھیں کہ مصالحہ دار اور تلی ہوئی گرم چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 1 اور 3 کو استعمال کریں۔

بالوں کے تمام امراض کا حل

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال بہت زیادہ جھڑ رہے ہیں حالانکہ پہلے میرے بال گھنے تھے اور اب یہ حال ہے کہ سر دھوتے وقت بھی بہت زیادہ گرتے ہیں اور باقی کسر بالوں میں کنگھی کرتے وقت پوری ہو جاتی ہے۔ حکیم صاحب! آپ سے گزارش ہے کہ مجھے اچھا سا نسخہ بھی بتائیں تاکہ اس سے بال گرنا بند ہو جائیں اور اس کے ساتھ ہی کسی شیمپو کے بارے میں بھی بتائیں جو جڑی بوٹیوں سے بنا ہوا ہو (کامران۔ بھکر)

جواب: محترم بہن! ان تمام قسم کے شیمپو کی وجہ سے خواتین کے بال برباد ہو گئے ہیں لیکن نئے نئے اشتہارات کی وجہ سے خواتین شیمپو لینے پر مجبور ہو جاتی ہیں حالانکہ یہ سرا سر نقصان اور دھوکا ہے۔

آپ ایسا کریں ریٹھا آملہ اور بالچھڑ اور مہندی کے پتے ہر ایک 50 گرام لے کر 5 کلو پانی میں ہلکا کوٹ کر بھگو دیں اور اس پانی کو 1/2 گھنٹہ ابال لیں اور پھر روزانہ اسی پانی سے سر دھوئیں کوئی شیمپو صابن قطعی استعمال نہ کریں۔ کچھ ماہ مستقل استعمال کریں۔ بالوں کے تمام امراض کے لیے لاجواب نسخہ ہے اور اگر روزانہ دن میں 3 بار ناف میں کوئی سا تیل لگائیں تو نفع دوگنا ہو جائے گا۔ غذاؤں کے چارٹ سے غذا نمبر 1,5,6 کو استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

بیماریوں کا مجموعہ

سوال: میری عمر 20 سال ہے 12 سال قبل مجھے دورے پڑنے شروع ہوئے ڈاکٹروں نے مرگی تشخیص کی۔ ہر طرح کا اعلاج کروایا افاقہ تو ہوا لیکن اب بھی سال میں ایک دو مرتبہ اچانک دورہ پڑ جاتا ہے۔ جس سے میں بے ہوش ہو جاتی ہوں منہ سے آوازیں نکلتی ہیں اور جھاگ بھی اور زبان بھی کٹ جاتی ہے۔ اکثر چوٹ لگ جاتی ہے جو بعد میں تکلیف دہ ہوتی ہے۔ تقریباً آدھے گھنٹے بعد ہوش میں آنے پر شدید سر درد ہوتا ہے اور میں مسلسل روتی رہتی ہوں۔ متلی بھی ہوتی ہے۔ اس کی وجہ سے اعصاب بہت کمزور ہو گئے ہیں بقول ڈاکٹر خون کی کمی ہے۔ جسم پہلے دبلا پتلا تھا، اب کافی موٹا ہو گیا ہے جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ تقریباً 3 سال پہلے موٹا ہونا شروع ہوا۔ دو ماہ پہلے بریسٹ میں گلٹی کا آپریشن ہوا لیبارٹری ٹیسٹ کے بعد الحمدللہ بالکل ٹھیک تھی لیکن اس وقت سے مجھے دائیں بازو میں سوجن اور درد محسوس ہوتا ہے۔ پٹھے کھینچے ہوئے محسوس ہوتے ہیں۔ لیکوریا بہت زیادہ ہے۔ ایام کی باقاعدہ نہیں ہیں۔ کم آتے ہیں، بہت تکلیف ہوتی ہے اور پچھلے مہینے سے دو یا تین دن بعد آتے ہیں۔ چہرے پر دانے نکل کر نشان چھوڑ دیتے ہیں، ٹھوڑی پر کچھ عرصہ سے بال نکل آئے ہیں۔ کبھی کبھی قبض ہوتی ہے اور ساتھ بواسیر خونی ہو جاتی ہے۔ ریشہ بہت زیادہ ہے۔ بس آپ یوں سمجھیں کہ میں بیماریوں کا گھر ہوں۔ پہلے بہت چست تھی،

اب بہت سست ہوں۔ ہمارا گھرانہ دینی ہے۔ میں پانچ وقت نماز ادا کرتی ہوں۔ (ص۔ع۔ملتان)

جواب: بہن! اگر آپ اپنے تمام مسائل کا مکمل حل چاہتی ہیں تو ماہنامہ عبقری سے ''کلونجی کے کرشمات'' اور طبی تجربات ومشاہدات'' دونوں کتابیں منگوالیں۔ آپ حیران ہوں گی کہ ان دونوں کتابوں کی قیمت انتہائی کم ہے۔ لیکن گھر کی ہر بیماری اور ضرورت کے قیمتی نسخہ جات موجود ہیں جو تدابیر لاکھوں روپے سے زیادہ قیمتی ہیں۔ یہ ہر گھر کی ضرورت ہے میرا مشورہ ہے کہ تمام قارئین یہ کتابیں منگوائیں۔

Molar کا مرض

میرے مرض کا نام Molar ہے۔ میری 16 دفعہ DNC ہو چکی ہے۔ 10 دفعہ حمل ہوا۔ تیسرا مہینہ شروع ہوتے ہی بچے کی تخلیق کا عمل خراب ہو جاتا ہے اور بچے کی جگہ پر انگور نما چھوٹے چھوٹے دانے بننے شروع ہو جاتے ہیں۔ جنہیں Molar کہتے ہیں۔ آخر کار صفائی کروانی پڑتی ہے۔ بعض ڈاکٹر اس کا سبب کزن میرج قرار دیتے ہیں۔ حمل کے دوران تمام علامتیں وہی ہوتی ہیں جو ایک حاملہ خاتون کی ہوتی ہیں۔ جب حمل ہوتا ہے تو طبیعت عجیب اچاٹ سی ہو جاتی ہے، ہر چیز سے بو آنے لگتی ہے۔ دو ماہ میں رو رو کر تڑپ تڑپ کر میں چارپائی پر گزارتی ہوں۔ اندر جیسے آگ لگی ہوتی ہے۔ اور جب DNC ہو جاتی ہے تو سکون آجاتا ہے۔ نہ کوئی روحانی علاج چھوڑا ہے اور نہ طبی۔ پاکستان کے چوٹی کے ڈاکٹروں سے مل چکی ہوں لیکن ڈاکٹر کہتے ہیں کہ اس بیماری کا کوئی علاج نہیں۔ آپ دوسری شادی کریں۔ اب پانچ سال سے حمل بند ہے۔ کوشش یہی ہے کہ حمل نہ ہو کیوں کہ زندگی برباد کرنے والی بات ہے۔ (ک۔م۔ملتان)

جواب: بہن آپ کا مسئلہ یقیناً پیچیدہ اور مشکل ہے لیکن بہن لا علاج نہیں۔ آپ قطعی تسلی کریں اور یہ تسلی الفاظ کی نہیں دے رہا بلکہ اس نوعیت کے بے شمار مریض ملے اور اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے بالکل تندرست ہو گئے ہیں۔ لیکن شرط یہ ہے کہ یہ دوائی مستقل مزاج سے کھائیں۔ سپاری پاک کسی اچھے دواخانے کی ایک چمچہ چھوٹا صبح وشام نیم گرم دودھ کے ہمراہ کم از کم چھ ماہ استعمال کریں۔ بادی کھٹی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں اور زیادہ وزن اٹھانے، بڑی چھلانگ لگانے سے پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 3، 5 استعمال کریں۔

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کُتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہو گئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔ (بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، اپلچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

مسجد، سانپ اور بزرگ جن

عین مغرب کے وقت وہ سانپ انہیں نظر آیا۔ والد صاحب نے آیۃ الکرسی کا ورد کیا اس سانپ نے پھنکارا اور ایک پرانے درخت کے نیچے ایک بل میں چلا گیا۔ کئی مرتبہ دیکھا گیا کہ ایک باریش بزرگ سفید کپڑوں میں ملبوس نماز پڑھ رہے ہیں

یہ واقعہ میرے والد صاحب کے ساتھ ضلع کروڑ (صوبہ سندھ) میں پیش آیا۔ فیلڈ سے کچھ آگے ایک پرانی مسجد تھی۔ وہاں کے لوگوں کے مطابق یہ مسجد ڈھائی سو سال پرانی تھی جو کہ ایک ویرانے میں تھی۔ وہاں مغرب کے وقت کئی مرتبہ ایک بڑا اژدھا سانپ نظر آتا تھا جس کے ڈر سے وہاں کوئی نہیں جاتا تھا۔ والد صاحب نے اس مسجد کو آباد کرنے کا سوچا اور یہاں صفائیاں کروا کر نمازیں پڑھوائیں۔ عین مغرب کے وقت وہ سانپ انہیں نظر آیا۔ والد صاحب نے آیۃ الکرسی کا ورد کیا اس سانپ نے پھنکارا اور ایک پرانے درخت کے نیچے ایک بل میں چلا گیا۔ کئی مرتبہ دیکھا گیا کہ ایک باریش بزرگ سفید کپڑوں میں ملبوس نماز پڑھ رہے ہیں اور واپسی کے وقت سانپ کے روپ میں اسی پرانے درخت کے نیچے چلے گئے۔ وہاں کے رہائشیوں کا کہنا تھا کہ یہ تو ہمارے دادا پردادا کے زمانے سے نظر آرہا ہے۔ لیکن کسی کو آج تک نقصان نہیں پہنچایا۔ بس پھنکار کر درخت کے نیچے چلا جاتا ہے یہ سانپ اکثر مسجد کے صحن میں بیٹھا بھی نظر آیا۔ اس سانپ کو آج تک کسی کو ڈستے یا کچھ کھاتے پیتے نہیں دیکھا گیا۔ مسجد کی صفائی اور پانچوں وقت نماز سے شاید ان ''جن سانپ'' کو بھی خوشی حاصل ہوئی کیونکہ شاید میرے والد صاحب کی ہی ہمت سے یہاں صفائی ہوئی اور نمازیں پڑھی گئیں۔ آج بھی وہاں کے لوگ اس مسجد میں نماز پڑھنے آتے ہیں اور یہ سانپ کئی سو سال سے آج بھی نظر آتا ہے (مرسلہ: عفان اقبال۔ اسلام آباد)

پیلے کپڑوں میں ملبوس جننی

ایک مرد اپنے گدھے کے ساتھ ندی کے کنارے پر پانی بھرنے کے لیے گیا۔ اپنے پلاسٹک کے گیلن کو پانی سے بھر کر جب پانی کے گیلن کو گدھے پر باندھ کر جانے کی تیاری کر رہا تھا تو پیچھے سے آواز آئی کہ مجھے بھی ساتھ لے چلو۔ مرد نے مڑ کر دیکھا ایک خوبصورت عورت اپنے زرد رنگ کے لباس میں بہت حسین و دلکش لگ رہی تھی۔ جب وہ اسکے قریب آئی تو اُس نے اسے تھپڑ مار دیا اور خود گدھے پر سوار ہو کر چلا گیا۔ مگر اس کو ایسا محسوس ہوا کہ اُس کے گدھے کا وزن بڑھ گیا ہے۔ جب وہ پیچھے دیکھتا تو وہی خوبصورت عورت گدھے پر سوار ہے اور خوبصورت انداز میں ہنس رہی ہے اور ساتھ یہ بھی کہہ رہی تھی کہ میں تم سے بہت محبت کرتی ہوں اور تیرے ساتھ دوستی کرنے کو تیار ہوں۔ مرد نے جواب دیا میں تو ایک سیاہ رنگ کا سیاہ فام ہوں۔ میرے سے کیوں دوستی کرنا چاہتی ہو۔ خوبصورت عورت نے بتایا کہ مجھے آپ سے عشق ہے، سیاہ رنگ سے نہیں۔ ساتھ سفر کرتے ہوئے جب شہر کے اندر پہنچ گئے تو عورت نے بتایا کہ میں یہاں اترتی ہوں۔ میں رکا اور وہ اتر گئی۔ میرے ساتھ یہ وعدہ کیا کہ میں آئندہ اسی مقام پر آپ سے ملتی رہونگی۔ لیکن میرے بارے میں کسی کو نہیں بتانا۔ ہر پندرہ دن میں ضرور ملاقات ہوگی۔ ہر ملاقات میں تحفہ بھی آپ کو دیتی رہونگی۔ مرد عورت کے وعدے کے مطابق ہر پندرہ دن بعد اسی مقام پر ملاقات کے لیے جاتا رہا۔ ملاقات میں پیار اور محبت کی باتیں ہوئیں اور ملاقات ختم ہونے پر اس نے ایک سونے کے ہار کا تحفہ دیا۔ مرد ہار کو گھر لے گیا۔ اس کی ماں ہار کے بارے میں بہت پوچھتی رہی لیکن اس نے بتانے سے انکار کیا۔ تین مہینے تک ملاقات ہوتی رہی جب درمیان میں مرد کی ماں بیمار ہوگئی تو اس نے عورت سے کہا کہ میں ماں کو علاج کے لیے شہر سے باہر لے جا رہا ہوں۔ لیکن جن عورت نے کہا کہ جتنا بھی خرچ ہو میں دینے کو تیار ہوں لیکن آپ نہ جائیں۔ آپ کے بغیر میری زندگی ادھوری ہے۔ مرد نے ماں کو سمجھایا کہ علاج اسی شہر میں کرالو بہتر ہے لیکن وہ مطمئن نہ ہوئیں۔ اس دوران مرد کے پاس چھ سونے کے ہار ہو گئے تھے جو جن عورت نے اس کو دیئے تھے۔ ماں ہر دفعہ اس سے سونے کے ہار کے بارے میں پوچھتی تھی لیکن مرد بتانے سے انکار کرتا رہا۔ آخر چھٹی ملاقات کے بعد مرد نے اپنی ماں سے سارا ماجرہ بیان کر دیا۔ راز ظاہر ہو جانے کے بعد مرد نے صندوق کھولا جس میں وہ ہار رکھتا تھا تو کیا دیکھتا ہوں کہ سونے کے ہار صندوق میں موجود نہیں ہیں۔ پھر جن عورت ساتویں ملاقات تک نہیں آئی۔ مرد آج بھی پشیمان ہے کہ میں نے جن کے راز کو کیوں بتایا۔

(مرسلہ: نصرت صابر۔ جیوانی ضلع گوادر)

ناریل سے اعصاب مضبوط

بینائی کو مضبوط کرنے کے لیے ہر روز نہار منہ کوزہ مصری ہم وزن کے ہمراہ ناریل کھانا بے حد مفید ہوتا ہے

(انتخاب: امیر اسلم۔ میانوالی)

عربی نارجیل فارسی جوز ہندی سندھی ڈونگی انگریزی Coconut

مشہور عام چیز ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں خوش مزہ ہوتا ہے۔ اس کا رنگ باہر سے سرخ اور اندر سے سفید ہوتا ہے۔ اس کا مزاج گرم اور خشک دوسرے درجے میں ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک دو تولہ ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

(1) ناریل قوت باہ کو مضبوط کرتا ہے (2) خون صالح پیدا کرتا ہے (3) کثیر الغذا ہونے کی وجہ سے بدن کو فربہ کرتا ہے (4) جسم کی حرارت اصلی کو قوت دیتا ہے (5) بینائی کو مضبوط کرنے کے لیے ہر روز نہار منہ کوزہ مصری ہم وزن کے ہمراہ کھانا بے حد مفید ہوتا ہے (6) پیٹ کے کیڑوں کو مارنے کے لیے پرانی ناریل تین ماشہ کھانا مفید ہوتا ہے (7) مادہ منویہ کو گاڑھا کرتا ہے (8) ناریل کا تیل سر پر لگانے سے بال ملائم ہوتے ہیں اور بڑھتے بھی ہیں (9) ناریل بخاروں اور ذیابیطس (شوگر) کی مرض میں پیاس بجھاتا ہے (10) ناریل کا تیل اگر روزانہ پلکوں پر لگایا جائے تو وہ بہت ملائم ہو جاتی ہے (11) اگر نکسیر کی شکایت ہو تو تین ہفتہ دو تولہ ناریل رات کو بھگو کر صبح نہار منہ کھانے سے یہ مرض ہمیشہ کے لیے دور ہو جاتا ہے۔ (12) فالج، لقوہ، رعشہ اور وجع مفاصل میں اس کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے۔ (13) ناریل کے چھلکوں کے جوشاندے سے غرارے کرنے سے دانت مضبوط ہوتے ہیں (14) قطرہ قطرہ پیشاب آنے کو بے حد مفید ہے اور اس مرض کو جڑ سے اکھاڑتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

فائدہ نمبر 7: جو شخص آیت قطب کو سات مرتبہ پڑھ کر کسی مجلس میں جائے گا۔ محفل والے اس کی تعظیم کریں گے

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

اچھے دوستوں کی محفل میں وقت بسر کریں۔ اچھے دوست وہی ہوتے ہیں جو غلط راہوں کی طرف نہ لے جائیں۔ آپ دوسروں لوگوں میں دلچسپی لیں۔ جب یہ عادت بن جائے گی تو خود اعتمادی بھی خود بخود پیدا ہو جائے گی۔

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

قوتِ فیصلہ کی کمی

سوال: میری عمر تقریباً انیس سال کی ہے۔ میں ایف ایس سی کے امتحان میں سارے پنجاب میں اول رہا اور سونے اور چاندی کے تمغے حاصل کیے۔ مجھے پڑھائی سے زیادہ کوئی چیز عزیز نہیں۔ ہر چیز کی تہہ تک پہنچنے کی کوشش کرتا ہوں۔ لیکن میری قوتِ فیصلہ بہت کمزور ہے اور اس سے سخت نقصان پہنچتا ہے۔ میں سوچتا رہ جاتا ہوں اور گاڑی نکل جاتی ہے۔ قمیض کے بارے میں بھی بعض دفعہ دس دس منٹ صرف ہو جاتے ہیں۔ میں دنیا میں کوئی بڑا کام کرنا چاہتا ہوں بتایئے میں قوتِ فیصلہ کو کس طرح مضبوط بناؤں؟ (ضیاالاسلام)

جواب: محترم ضیاءالاسلام صاحب! عام طور پر اس قسم کے حالات کو لوگ خود اعتمادی کے فقدان کا نام دیتے ہیں حالانکہ آپ کے سلسلے میں یہ قطعی غلط ہے۔ اگر آپ میں خود اعتمادی نہ ہوتی تو آپ امتحانات میں اس طرح اول نہ آتے۔ دراصل آپ کی اسی کمزوری (یا خوبی) نے آپ کو ایک کامیاب طالب علم بنا دیا۔ ایک کتاب کو ایک بار پڑھ کر غیر مطمئن ہونا اور پھر پڑھنا یہ آپ کی عادتِ ثانیہ بن گئی ہے۔ اگر آپ جلد باز ہوتے تو پھر کتابیں پڑھنے میں بھی جلد بازی سے کام لیتے۔ البتہ عملی طور زندگی میں آپ کی یہ عادت مشکلات پیدا کر سکتی ہے۔ اس لیے اسے بدلنے کی سعی کیجئے۔ یہ کوئی بیماری نہیں محض عادت ہے اور دماغ جب سوچ بچار کا عادی ہو جاتا ہے تو پھر مسلسل سوچتا رہتا ہے۔ آپ کی یہ عادت بتدریج بدلے گی۔ اسے یکدم ختم نہیں کیا جا سکتا۔ کچھ عمر کی پختگی آپ کو فیصلہ کرنے میں مدد دے گی کچھ آپ کی اپنی سعی۔ اس کی ابتداءیوں کیجئے کہ آپ کوئی فیصلہ طلب کرنے کے لیے خود کو ایک مخصوص وقت دیجئے مثلاً آپ کو کہیں جانا ہے۔ آپ فیصلہ کر لیجئے کہ مجھے پانچ منٹ کے اندر اندر اس نتیجے پر پہنچنا ہے۔ گھڑی دیکھ لیجئے ان پانچ منٹوں میں جتنے فیصلے بدلنے ہوں بدل لیجئے مگر آخری منٹ پر آخری فیصلہ کر ڈالیے اور پھر اس پر عمل کیجئے۔ اس بات کو قطعی پروانہ کیجئے کہ فیصلہ غلط ہے یا صحیح۔ اس طرح آپ بتدریج اپنی اس عادت کو تعمیری طور پر بدل سکتے ہیں۔ یاد رکھیے خود کو کم سے کم وقت دیجئے اور پھر اس وقت کے اندر فیصلہ کر ڈالیے۔ آپ کو یاد ہو گا کہ امتحان کے پرچوں کے لیے وقت مقرر ہوتا ہے اور اسی مقررہ وقت میں آپ نے بہترین سوالات حل کیے ہیں پھر کوئی وجہ نہیں کہ مقررہ وقت میں آپ بہتر فیصلہ نہ کر پائیں۔

شادی صرف محبت ہی کا نام نہیں

سوال: میں ایک زمیندار کا بیٹا ہوں۔ میرے والد کا مزاج بہت سخت ہے۔ آٹھ سال پہلے مجھے ایک لڑکی سے محبت ہو گئی۔ اس کے والدین ہماری شادی پر رضا مند ہو گئے لیکن میرے والد نہ مانے۔ میں نے لڑکی کے والد کے ہاں نوکری بھی کی اور انہوں نے کہا کہ جب تک تم کہو ہم انتظار کریں گے۔ میں والد صاحب کی زمینوں کی دیکھ بھال کرنے لگا اور سب کو حیرت میں ڈال دیا۔ لیکن اس عرصے میں اس لڑکی کے والدین نے لڑکی کی رضامندی سے اس کی شادی ایک انجینئر سے کر دی۔ میرے والدین میری منگنی کرنا چاہتے ہیں لیکن میں دل کے ہاتھوں مجبور ہوں۔ اب مجھے کیا کرنا چاہیے۔ (شاہد قریشی)

جواب: محترم شاہد قریشی صاحب: قطع نظر اس کے کہ آپ کے والد نے ہٹ دھرمی سے کام کیوں لیا۔ اس وقت سوال آپ کے مستقبل کا ہے۔ اس لڑکی کی اب شادی ہو چکی ہے۔ ظاہر ہے جوان لڑکی کے والدین آخر کب تک انتظار کرتے؟ انہوں نے حالات کا اندازہ لگا لینے کے بعد یہی مناسب سمجھا کہ لڑکی کو بیاہ دیا جائے۔ لیکن محترم شادی صرف محبت ہی کا نام نہیں۔ میرے نقطہ نظر سے جوش جوانی کی محبت کے بعد شادی عموماً الجھنوں اور پریشانیوں کا باعث ہوتی ہے۔ اب آپ کا یہ فرض ہے کہ معاشرے کے ایک فرد کی حیثیت سے اپنی ذمہ داریوں کو محسوس کریں اور شادی کر لیں۔ شادی کرنے سے پہلے دل میں طے کر لیں کہ آپ دانستہ طور پر ایمانداری سے اپنی بیوی کے ساتھ وفا کریں گے۔ اسے اپنے ماضی کی محرومیوں کا شکار نہ بنائیں گے۔ مجھے یقین ہے کہ شادی کے بعد آپ کے ذہن پر بہتر اثر پڑے گا اور آپ اپنی محبت کو دفنانے میں کامیاب ہو جائیں گے۔

بداعتمادی

جواب: عزیزم نادر!

آپ کا خط شائع نہیں کیا جا رہا۔ آپ کے یہ وسوسے اور بد اعتمادی آپ کے بچپن سے وابستہ ہیں۔ جب والدین بچے کی انفرادی نشوونما کو بھول کر اس کا ہر کام خود کرنے دوڑتے ہیں تو یہ لاڈ بچے کے اندر بداعتمادی پیدا کر دیتا ہے۔ چنانچہ وہ از خود کام کرتے ہوئے گھبراتا ہے۔ غالباً آپ کا بچپن بھی ایسا ہی گزرا ہے۔ اسکے بعد آپ کے ہر کام پر آپ کو ٹوکا جاتا رہا۔ یہ ٹھیک نہیں کیا گیا بلکہ غلط کیا گیا ہے۔ تم ہمیشہ غلط کام کرتے ہو۔ اس رویے نے رہی سہی کسر پوری کر ڈالی۔ اور اب آپ دوسروں سے زیادہ اپنی ذات میں مگن رہتے ہیں۔ اس کا بہترین علاج یہ ہے کہ آپ گھر میں کم از کم وقت گزاریں۔ کھیل کود میں حصہ لیں اور اچھے دوستوں کی محفل میں وقت بسر کریں۔ خیال رہے کہ اچھے دوست وہی ہوتے ہیں جو غلط راہوں کی طرف نہ لے جائیں۔ اس طرح آپ اپنے خول سے نکل کر دوسروں میں دلچسپی لیں گے۔ جب یہ عادت بن جائے گی تو خود اعتمادی بھی پیدا ہو جائے گی۔ یہ وہم بھی نکل جائے گا کہ لوگ آپ کو دیکھ رہے ہیں اور پھر آپ ہر کام اپنے ہاتھ سے کرنے کی کوشش کریں گے۔

آنتوں کے کیڑے

ھوالشافی: باؤ بڑنگ چھ ماشہ، دہی 10 تولہ میں اچھی طرح ملا کر بوقت صبح مریض کو دیں۔ ایسی ایک خوراک روزانہ صبح مریض کو دیں۔ تین دن تک استعمال کریں۔ کیڑے ہلاک ہو کر نکل جائیں گے۔

نوٹ: دوا لینے سے دس منٹ پہلے کوئی میٹھی چیز کھا لیں۔

امراض دندان: دیسی کیکر کا سک بطور دنداسا استعمال کریں تمام امراض دندان مثلاً ٹھنڈا گرم لگنا، درد دانت، دانتوں سے خون آنا وغیرہ کے لیے مجرب ہے۔ (مرسلہ: شہزاد، کراچی)

پیشاب کی کمی: میں کھیرے، ککڑی اور تربوز سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ جلا ہواز ہریلا مواد بذریعہ پیشاب خارج ہوتا ہے۔

مسنون دعا کی برکت سے ٹانگ کٹنے سے بچ گئی

انوکھے تجربے اور آپ کے کامیاب آپریشن پر مجھے انعام ملا ہے لہذا یہ آدھا آپ کا اور آدھا میرا۔ میں نے لینے سے انکار کر دیا اور کہا کہ اگر آپ میری خوشی چاہتے ہیں تو آپ کلمہ پڑھ کر مسلمان ہو جائیں۔ (ایڈیٹر کے قلم سے)

ڈاکٹر ہانی جدہ کے مشہور سرجن اور نامور ڈاکٹر ہیں۔ مصری تھے، روزانہ میرے پاس تشریف لاتے۔ خوبصورت اور خوب سیرت تھے۔ ہنستے، مسکراتے ہوئے آتے اور خوب ہنساتے۔ ہمدردی کی باتیں کرتے اچھے سے اچھا علاج تجویز کرتے۔ میں بعض اوقات اپنے حادثے کو بھول کر اس ڈاکٹر کے خلوص اور محبت میں محو ہو جاتا حتیٰ کہ اب تو میں ڈاکٹر ہانی کے انتظار میں رہتا کہ ڈاکٹر ہانی آئے گا اور پھر وہی چند لمحوں کی پُرخلوص محبوب محفل اور میرے غم کا غلط ہونا۔

گاڑی کے حادثے نے میری دونوں ٹانگوں کو بالکل چکنا چور کر دیا تھا۔ جدہ کے بڑے ہسپتال میں علاج کی غرض سے لایا گیا۔ بے ہوشی نے بظاہر میرا درد ختم کر دیا اور میں ایک انوکھی اور لاہوتی دنیا میں کھویا رہا لیکن جب آنکھ کھلی تو درد سے میری چیخیں نکل گئیں اور افسوس ناک خبر سننے کو ملی کہ میری دونوں ٹانگیں ٹوٹ گئیں ہیں اور بظاہر لاعلاج ہوں۔ زندگی کی گزری یادیں اور درد کی ٹیسیں، بس اب یہی میرا دن رات تھا۔ گھر والے پاکستان میں غم زدہ اور پریشان۔ ماں تو بچپن ہی میں ساتھ چھوڑ کر مٹی کی چادر اوڑھ کر سو گئی۔ ماں کا سراپا، محبت بھری بانہیں، میری توتلی باتوں پر اس کا مسکرا مسکرا کر جواب دینا، میری ہر آہ پر پریشان ہو جانا، خود کو بے حال کر کے میرے ہر حال پر غم زدہ ہو جانا، جب کبھی میرا کھلونا ٹوٹ جاتا تو وہ اسے جوڑ کر دیتی، گلی میں نکل جاتا تو پریشان ہوتی۔ بس آنکھ کا تارا، دل کا راجہ اور گھر کا شہزادہ تھا۔ دن رات بہت چین اور سکھ کے گزر رہے تھے۔ والد صاحب اچھے اور کامیاب تاجر تھے۔ گھر میں کسی چیز کی کمی نہ تھی بس اچانک کیا ہوا کہ میری والدہ مجھ سے روٹھ گئی۔ میں چھوٹا تھا گھر میں بہت سے لوگ جمع ہو گئے۔ اسی دن میری ماں مجھ سے بچھڑ گئی۔ پھر میری متلاشی نگاہیں ماں کو تلاش کرتی اور چہرے تو ملتے لیکن ماں نہ ملتی۔ میں کس کو اماں کہتا، کونوں میں چھپ کر روتا۔ والد مجھے پیار دیتے، میرا خیال رکھتے لیکن ماں کی کمی کیسے پوری ہوتی؟ اماں تو اماں ہی تھی۔

کچھ عرصے بعد والد صاحب نے دوسری شادی کر لی۔ بس میرے چین، سکھ اور امن کی صبح رات میں بدل گئی، بہار خزاں اور چھاؤں دھوپ میں بدل گئی۔ چھوٹی چھوٹی بات پر مار پڑتی اور بے عزتی ہوتی۔ والد صاحب کو ہر لمحہ میری شکایت ہوتی اور سوتیلی والدہ کے عتاب کے ساتھ والد صاحب کی سخت سزا مجھے اپنی ماں یاد دلاتی۔ بس رونا اور گھر کے کام کرتے رہنا اس کے علاوہ میرا کچھ مشغلہ نہ تھا۔ حالات نے مجھے پاکستان سے جدہ سے پہنچا دیا اور کوئی زیادہ عرصہ نہیں ہوا تھا اچانک حادثے نے میری دونوں ٹانگیں توڑ کر مجھے معذور کر دیا۔ چھوٹے چھوٹے بچوں کا ساتھ، آخر میرا کیا ہوگا؟

بس انہی سوچوں میں گم کہ اچانک ڈاکٹر ہانی کی محبت بھری آواز سنائی دی میں چونک پڑا۔ پوچھا شبیر صاحب کیا سوچ رہے تھے؟ میں بات گول کر گیا لیکن ایک چیز محسوس کی آج ڈاکٹر ہانی کا رویہ بدلا ہوا اور چہرہ سنجیدہ تھا۔ ڈاکٹر ہانی نے بتایا کہ ڈاکٹروں کے بورڈ نے فیصلہ کیا ہے کہ آپ کی ایک ٹانگ بچ سکتی ہے۔ لیکن دوسری ٹانگ کی ہڈیاں اتنی چور ہو گئی ہیں کہ جوڑنا مشکل ہے۔ لہذا آپ یہ ٹانگ کاٹنی پڑے گی۔

بس یہ بات سنی تھی کہ میری آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا گیا اور دنیا کی زندگی ایک سایہ معلوم ہونے لگی۔ درد نے برا حال کیا ہوا تھا بغیر سوچے کہا میں تیار ہوں۔ ڈاکٹر ہانی نے میرے دستخط لے لیے کہ آپ کا جلد آپریشن ہوگا۔ چلتے ہوئے ڈاکٹر ہانی نے کہا خود اور دوسروں کو دعا کا کہیں۔

چونکہ میرا دینی تعلق تھا، علماء کرام، اللہ والے مسلسل میری عیادت کے لیے تشریف لا رہے تھے جب انہیں پتہ چلا تو بہت پریشان ہوئے۔ سب حضرات سے دعا کا عرض کیا۔ اسی دوران حضرت مولانا سعید احمد خانؒ عیادت کے لیے تشریف لائے۔ آپؒ نے ایک مسنون دعا فرمائی کہ بدر کے موقع پر حضور اقدس ﷺ نے یہ پڑھی تھی فرمایا خود بھی اور تمام گھر والوں اور احباب کو پڑھنے کو بتاؤ۔ پریشان کی دعا دل سے نکلتی ہے۔ دن رات یہی دعا پڑھی اور خوب یقین سے پڑھی اور دل کی گہرائیوں سے پڑھی۔ اٹھارہ یا انیس دن کے بعد ڈاکٹر ہانی نے پٹی کھولی تو منہ میں قلم دبا کر حیران کھڑا دیکھ رہا تھا۔

کہنے لگا کہ ہوا یہ کہ جب میں نے آپ سے دستخط کرا لیے تو میرے دل میں ایک خیال آیا کہ ٹانگ تو ویسے ہی کاٹنی ہے کیوں نہ ایک نیا تجربہ کر لیا جائے کہ شبیر صاحب کے کولھے کی ہڈی کو کچھ حصہ کاٹ کر وہاں جوڑ دیا جائے۔ ایک طویل آپریشن کے بعد ہم نے ایسا کیا کہ ہو گیا درست ورنہ ٹانگ کاٹ دیں گے۔ لیکن اب میری حیرت کی انتہا نہ رہی کہ واقعی ہڈی ٹانگ کا حصہ بن گئی اور میرا تجربہ کامیاب ہو گیا۔ یہ کیسے ہو سکتا ہے ڈاکٹر ہانی وجد میں آ گیا کہ یقیناً یہ کسی دعا کا اثر ہے۔ تو میں نے ڈاکٹر ہانی کو بتایا کہ میں گزشتہ دنوں سے مسلسل دن رات وضو بے وضو پاک ناپاک یہ دعا بہت زیادہ پڑھ رہا ہوں "یَا جَابِرَ الْعَظْمِ الْكَسِيْرِ اَغِثْنِيْ اِشْفِنِيْ" چند دنوں بعد ڈاکٹر ہانی آیا اس کے ہاتھ میں 1/2 کلو سونا اور 10 لاکھ پونڈ تھے۔ اس نے بتایا کہ اس انوکھے تجربے اور کامیاب آپریشن پر مجھے یہ انعام ملا ہے لہذا یہ آدھا آپ کا اور آدھا میرا۔ میں نے لینے سے انکار کر دیا کہ اگر آپ میری خوشی چاہتے ہیں تو آپ کلمہ پڑھ لیں کیونکہ ڈاکٹر ہانی عیسائی تھا۔ کہنے لگا کہ دعا کریں کیوں کہ میں نے اسلام کا مطالعہ کیا ہے لیکن مسلمانوں کی زندگی میں اسلام نہیں ہے۔ پاکستان والوں کا اسلام اور ہے مکہ مدینہ والوں کا اسلام اور ہے۔ مصر والوں کا اسلام اور ہے۔ میں کون سے اسلام میں داخل ہوں؟ میں نے جواب دیا، اس اسلام میں جو حضور اقدس ﷺ اور صحابہ کرامؓ کا تھا۔ وہ چلا گیا اور میں بالکل تندرست ہو گیا۔ میں نے اُس سے مسلسل رابطہ رکھا اور کوشش کرتا رہا کہ اتنا اچھا با اخلاق شخص جہنم میں جانے کے قابل نہیں۔ آخر کار وہ مسلمان ہو گیا۔ قارئین حاجی شبیر احمد کی پُرتاثیر باتیں مکہ مکرمہ میں حرم کی آخری چھت پر عشاء کی نماز کے بعد بیٹھا سُن رہا تھا۔ ایک طرف مسحور کن ٹھنڈی ہوا چل رہی تھی دوسری طرف حضور پُرنور ﷺ کی اس دعا کا معجزہ متوازن چال میں چلتے حاجی شبیر احمد کو دیکھ رہا تھا۔ بس یقین شرط ہے۔

زخم و پھوڑے وغیرہ کے لیے مرہم

ھوالشافی: تیل سرسوں ایک پاؤ، مولی و پیاز آدھا آدھا پاؤ، نیلا تھوتھا 20 گرام، موم 170 گرام

طریقہ تیاری: تیل سرسوں کو کڑاہی میں ڈال کر اچھی طرح گرم کریں اور پھر پیاز و مولی اس میں باری باری ڈال کر جلا لیں اور تیل کو صاف کر لیں اور پھر اس تیل میں آخر میں موم بھی ملا لیں لیکن اس دوران کڑاہی کو آگ پر ہی رہنے دیں موم اچھی طرح حل کر کے اتار کر ٹھنڈا کر کے سنبھال لیں۔

طریقہ استعمال: پہلے زخم و پھوڑے وغیرہ کو اچھی طرح صاف کر کے مرہم لگا کر پٹی باندھ دیں۔

(مرسلہ: حکیم و عامل چوہدری عدیل شہزاد۔ کراچی)

بزرگ کی کرامت یا پانی میں شفاء

میرے استاد محترم نے بابا جی سے پوچھا کہ ہم اپنے مریض کو کب لے کر آجائیں، ان کی طرف سے حیران کن جواب تھا کہ یہ ریسیور اس مریض کے پیٹ پر رکھ دیں۔ استاد صاحب نے ایسا ہی کیا چند لمحوں کے بعد مریض نے ڈکار لی اور ٹھیک ہو گیا۔

(تحریر: عزیز الرحمٰن عزیز۔ پشاور)

یہ واقع جو میں بیان کرنیوالا ہوں، حیران کر دینے والا ہے اور میرے سارے قاری حضرات بھی حیران ہونگے۔ آپ کو ٹیلی پیتھی اور ہپناٹزم کا علم تو شاید آپکو ہو لیکن یہ جو واقعہ پڑھیں گے تو یہ واقعہ اُس سے بھی کہیں آگے کا ہے۔ میرے چھوٹے بیٹے ضرار عبداللہ کے سسر کے والد صاحب جنہیں اللہ مغفرت کرے ہم پھوپھا صدیق کہا کرتے تھے۔ ان کا کاروبار میڈیسن کا تھا۔ انکے پیٹ میں سخت درد رہتا تھا۔ ہر وقت تڑپتے رہتے تھے چونکہ کاروبار کی وجہ سے تمام ڈاکٹروں سے ان کے تعلقات تھے لیکن افاقہ نہ ہوتا تھا اور نہ ہوا۔ تمام عزیز و اقارب ہر وقت ان کی مزاج پرسی کے لیے موجود رہتے۔ پریشانی تو سب کے لیے تھی۔ خدا کا کرنا یہ ہوا کہ میرے رہائشی علاقہ میں ایک صاحب بابو سیف الرحمٰن تھے ان سے گپ شپ ہوتی رہتی تھی (پانچویں دھائی 1955-1950 کی بات ہے) دوپہر، شام روزانہ ملاقات رہتی تھی۔ میں دوپہر کا کھانا کھانے گھر جایا کرتا تھا۔ کئی دنوں سے بابو صاحب کی دکان بند رہی۔ پوچھ گچھ پر معلومات ہوئی بابو صاحب گجرانوالہ گئے ہوئے ہیں۔ جب ان سے بالمشافہ ملاقات ہوئی کہنے لگے کہ میرے پیٹ میں ہر وقت تکلیف (معدہ میں تکلیف) رہتی تھی تو کسی کے کہنے پر گجرانوالہ جی ٹی ایس اڈہ کے پیچھے ٹانگوں کا اڈہ ہے، اس اڈہ سے ٹانگے، ایک گاؤں کے لیے چلتے تھے (گاؤں کا نام مجھے اب بلکہ بہت پہلے بھول گیا تھا)، بتایا کہ وہاں ایک سابقہ فوجی (غالباً) زمیندار ہے بہت بڑی حویلی ہے۔ وہاں ہر قسم کے مریض آتے ہیں اور وہ کوئی دوائی وغیرہ نہیں دیتا صرف اس حویلی میں ہینڈ پمپ لگے ہوئے تھے۔ ہر مریض سے کہتے کہ نلکہ سے پانی لے لو اور پیو۔ جب کم ہو جائے تو جہاں سے بھی ہو مزید پانی ڈال لو۔ انشاء اللہ صحت ملے گی۔ بابو سیف الرحمٰن صاحب (جو اب مرحوم ہیں) نے اس صاحب کا ٹیلیفون نمبر بھی بتایا تھا۔ بابو صاحب سے ملاقات دوپہر کے وقت ہوئی اور یہ تفصیل بھی انہوں نے اسی وقت بتائی۔ سہ پہر کھانا کھانے کے بعد میں جب واپس جا رہا تھا تو فون نمبر لیکر میں پھوپھا صدیق صاحب کے چھوٹے بھائی جو کہ میرے استاد محترم تھے، انہیں فون نمبر بھی بتایا کہ آپ فون کر کے ان صاحب سے پوچھیں ہم ان کو کب اور کس وقت لیکر حاضر ہوں۔ یاد رہے کہ جیسا میں پہلے عرض کر چکا کہ پھوپھا صدیق صاحب اس وقت بھی تڑپ رہے تھے کمرے میں تمام لوگ خواتین و حضرات بیچارے پریشانی کی حالت میں بیٹھے ہوئے اور وہ قالین پر تڑپ رہے تھے کہ میں نے اپنے استاد مرحوم کو اشارہ کیا کہ آپ فون کریں۔ اس وقت شام قریب تھی کہ انہوں نے فون کیا اتفاق سے فون مل گیا۔ اب میرے استاد محترم نے پوچھا کہ ہم اس مریض کو کب لیکر آجائیں مگر ان کی طرف سے حیران کن جواب تھا کہ یہ ریسیور اس مریض کے پیٹ پر رکھ دیں۔ آپ یقین کریں کہ حیران کن حد تک مریض نے اپنے پیٹ پر دونوں ہاتھ رکھے اور ایک بڑی اور موٹی بھدی ڈکار لی اور اٹھ کر بیٹھ گئے اور کہنے لگے میں تو ٹھیک ہو گیا ہوں اور ایک دم کھڑے ہو گئے اور بڑے خوش ہوئے۔ میرے لیے تو اور تمام حاضرین کے لیے حیران کن بات تھی۔ یہ سب کچھ میرے سامنے ہوا اور اسی وقت وہ فون میں نے استاد محترم سے لیکر اپنا مدعا بیان کیا۔ اس زمانے میں مجھے درد شقیقہ ہوتا تھا اور کسی وقت بھی ہو سکتا تھا۔ صبح، دوپہر، شام اور رات کسی بھی وقت بلکہ بعض دفعہ میں گہری نیند سے درد کی شدت سے بیدار ہو جاتا تھا۔ آخر جب میں الٹی (قے) نہ کر لیتا مجھے سکون نصیب نہ ہوتا۔ درد کی شدت اتنی ہوتی کہ دل چاہتا کہ میں پسٹل سے کنپٹی پر فائر کر لوں۔ جب درد ہونے والا ہوتا تو اس سے چند لمحے پہلے میری آنکھوں کے سامنے جیسے کسی کھلے برتن میں پانی دھوپ میں رکھا ہوا اور اس کا عکس سامنے دیوار پر نظر آتا ہو بالکل اسی طرح میری آنکھوں پر ایسا ہی ہوتا اور میں گھبرا جاتا کہ بس قیامت آنے والی ہے اور ایسا ہی ہوتا۔ اتفاق سے اسوقت مجھے سر درد ہو رہا تھا۔ میری ان صاحب سے جو کہ گجرانوالہ کے کسی گاؤں میں تھے۔ ان سے جو بات ہوئی وہ یہ ہے کہ میں السلام علیکم۔

(بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

(بقیہ: شعبان میں عبادت کی راتیں، سعادت کے دن)

ان شاء اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کی اللہ پاک بخشش فرمائے گا۔

نوافل برائے نجات عذاب قبر: پندرہویں شب کو آٹھ رکعت نماز دو سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص دس مرتبہ پڑھے۔ اللہ پاک اس نماز کے پڑھنے والے کے لیے بے شمار فرشتے مقرر کرے گا جو اسے عذاب قبر سے نجات کی اور داخل بہشت ہونے کی خوشخبری دیں گے۔

نوافل برائے توبہ: پندرہویں شب کو آٹھ رکعت نماز دو سلام سے پڑھے پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی دس مرتبہ دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ الم نشرح دس مرتبہ، تیسری رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ القدر دس مرتبہ، چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص دس مرتبہ پڑھے۔ پھر چار رکعت اسی ترکیب سے پڑھے۔ بعد سلام کے ستر مرتبہ استغفار اور ستر مرتبہ درود پاک پڑھ کر اپنے گناہوں سے توبہ کرے۔ ان شاء اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کے گناہ صغیرہ کبیرہ اللہ پاک معاف فرما کر، مغفرت فرمائے گا۔

چودہ رکعت نوافل: پندرہویں شب چودہ رکعت نماز سات سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ الکافرون ایک بار، سورۂ اخلاص ایک بار، سورۂ فلق ایک بار، سورۂ ناس ایک بار پڑھے۔ بعد سلام کے آیۃ الکرسی ایک دفعہ پھر سورۂ توبہ کی آخری آیات "لَقَدْ جَآءَ کُمْ رَسُوْلٌ تا عَظِیْمٌ" تک ایک بار پڑھے۔ دنیاوی اور دینی مقاصد کے لیے یہ نماز بہت افضل ہے۔

وظائف: پندرہویں شب کو سورۂ بقرہ کا آخری رکوع "آمن رسول سے کافرین" تک اکیس مرتبہ پڑھنا امن وسلامتی، حفاظت جان و مال کے لیے افضل ہے۔ **ایضاً۔** پندرہویں شب سورۂ یٰسین تین مرتبہ پڑھنے سے حسب ذیل فائدے ہیں۔ ترقی رزق، درازی عمر، ناگہانی آفتوں سے محفوظ رہنا، ان شاء اللہ تعالیٰ۔ **ایضاً۔** شعبان کی پندرہویں شب سورۂ دخان سات مرتبہ پڑھنی بہت افضل ہے۔ ان شاء اللہ تعالیٰ پروردگار ستر حاجات دنیا کی اور ستر حاجات عقبیٰ کی قبول فرمائے گا۔

نفل نماز پندرہ تاریخ: شعبان کی پندرہ تاریخ بعد نماز ظہر چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے۔ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ الزلزال ایک بار، سورۂ اخلاص دس مرتبہ، دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ التکاثر ایک بار، سورۂ اخلاص دس دفعہ، تیسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ کافرون تین بار، سورۂ اخلاص دس مرتبہ، چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی تین بار، سورۂ اخلاص پچیس مرتبہ پڑھے۔ اس نماز کی بے حد فضیلت ہے۔ اللہ پاک اس نماز کے پڑھنے والے پر قیامت کے دن خاص نظر کرم فرمائے گا اور ان شاء اللہ تعالیٰ اس نماز کی برکت سے دین و دنیا کی بھلائی حاصل ہوگی۔

نفلی روزہ: شعبان کی پندرہ تاریخ کے روزہ کی بڑی فضیلت ہے جو کوئی یہ روزہ رکھے گا باری تعالیٰ اس کے پچاس سال کے گناہ معاف فرمائے گا۔ ایضاً۔ بعد نماز مغرب کے چھ رکعتیں دو دو رکعت کر کے پڑھیں کہ دو رکعت نفل درازی عمر بالخیر ہونے کی نیت سے اور دو رکعت نفل بلائیں دفع ہونے کی نیت سے اور دو رکعت نفل مخلوق کا محتاج نہ ہونے کی نیت سے پڑھیں اور ہر دوگانہ کے بعد سورۂ یٰسین ایک بار یا سورۂ اخلاص اکیس بار پڑھیں۔

فائدہ نمبر 8: نوگرام شہد اور دس گرام لونگوں پر آیت قطب کو پڑھ کر دم کر کے استعمال کریں تو قوت جسمانی زیادہ ہوگی

آسیب کے اثرات ❁ قرضہ اور پریشانیاں ❁ اولاد جیسی نعمت سے محرومی ❁ پڑھائی میں دل نہیں لگتا

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

سیٹیوں کی آوازیں

سوال: میرے سر کے پچھلے حصے میں دونوں اطراف سے باریک سیٹیوں کی آواز مسلسل آتی ہے۔ اس میں کوئی وقفہ نہیں ہوتا۔ یہ ایک مستقل سلسلہ ہے اور تقریباً پانچ سال سے ہے۔ اس کی وجہ سے ایک دفعہ میں شدید ڈیپریشن میں مبتلا رہا ہوں۔ میو ہسپتال میں داخل رہا۔ آٹھ دفعہ بے ہوش کر کے بجلی کے جھٹکے لگائے گئے اور سکون آور دوائیں دی گئیں جو میں ابھی تک استعمال کر رہا ہوں۔ کئی دفعہ ایکسرے، خون کے ٹیسٹ، یا کان وغیرہ کے چیک اپ کرائے ہیں۔ ایک دفعہ (Brain Scan) بھی ہوا۔ سب رپورٹیں صحیح ہیں۔ کوئی بھی نقص ڈاکٹروں کو نہیں مل سکا مگر میں مسلسل پریشانی کی زندگی گزار رہا ہوں۔ ڈاکٹروں نے کہا کہ اس کو Tinnitis کہتے ہیں اور اس کا کوئی علاج نہیں ہے۔ میں حال ہی میں کویت سے واپس آیا ہوں۔ دو سال وہاں رہا۔ وہاں بھی علاج کرواتا رہا مگر کوئی افاقہ نہیں۔ اب بلڈ پریشر بھی زیادہ ہے۔ اب بھی ہسپتال میں داخل ہوں (پی اے ایف سرگودھا) بلڈ پریشر کی ادویات کے استعمال سے نارمل ہو گیا ہوں مگر سر میں سیٹیوں کی آواز بدستور ہے۔ نیند کم آتی ہے اور نیند کے بعد یہ آوازیں زیادہ تیز ہوتی ہیں۔ کوئی کام کرنے کو جی نہیں چاہتا۔ صبح کے وقت تو حالت بہت خراب ہوتی ہے۔ ایک دفعہ ہمارے گھر کے نیچے سے تین انڈے نکلے تھے جن پر میرا اور والدہ کا نام لکھا ہوا تھا اور بھی کچھ لکیریں لگی ہوئی تھیں انڈے تقریباً جل چکے تھے اور پرانے نظر آتے تھے۔ میں نے مختلف جگہوں سے تعویز بھی استعمال کیا ہے مگر کوئی فرق نہیں آ رہا۔ (محمد مظفر اقبال۔ سرگودھا)

جواب: اس وقت سحر جادو کا کوئی اثر آپ کی ذات پر دکھائی نہیں دیتا۔ البتہ سیٹیوں کی جو آوازیں آپ مسلسل سنتے ہیں، اگر یہ سیٹیاں جھینگر کی آواز سے ملتی جلتی ہیں تو آپ کی صورت سرمدی وہ آواز ہے جو علم روحانی میں مختلف نشرگاہوں سے نشر ہونے والے پیغامات کو آپ تک پہنچاتی ہیں۔ مگر جیسے ریڈیو جب ٹیون اَپ نہیں ہوا ہوتا تو ریڈیو میں ایک جھینگر کی سی آواز آتی ہے۔ بالکل اسی طرح جب ہمارا دماغی ریسورٹون اَپ نہیں ہوا ہوتا تو جھینگر کی یہ آواز بعض غیر معمولی حالات میں پیدا ہو جاتی ہے۔ روحانیات سے وابستہ افراد باقاعدہ اس آواز کو بیدار کرنے کے لیے ایک مشق کراتے ہیں جسے شغلِ صوت سرمدی کہا جاتا ہے۔ اگر آپ اس آواز کے پیغام کو سننا چاہتے ہیں تو ہمیں لکھیں۔ ہم آپ کو اسے کھولنے کی مشق بتائیں گے اور اگر بند کرنا چاہتے ہیں تو بند کرانے کی مشق لکھ دیں گے۔

قرضہ اور پریشانیاں

سوال: میری شادی کو بیس سال ہو چکے ہیں۔ چھ بچوں کی ماں ہوں۔ جب میری شادی ہوئی تو میرے خاوند کچھ نہیں کرتے تھے۔ کوئی کاروبار نہ تھا۔ اپنے والد صاحب کے ساتھ زمینوں پر جاتے تھے۔ میرے سسر کافی امیر آدمی ہیں۔ میری ماں سوتیلی ہے۔ میری شادی کے ایک سال بعد میرے سسر نے میرے خاوند کو تمبا کو کا کاروبار کر کے دیا لیکن وہ چل نہ سکا اور نقصان ہوا۔ قرضہ بھی ہو گیا۔ پھر میرے خاوند نے پاور لوم کا کام شروع کیا۔ عرصہ سولہ سال سے وہی کر رہے تھے۔ لیکن ہمارے قرضے اتنے تھے کہ وہ اتر نہ سکے۔ میرے خاوند نے سارا کارخانہ بیچ کر نیا کام شروع کرنے کا فیصلہ کیا ہے۔'' قرضوں سے بہت پریشان ہیں۔ ہمارے قرضے کیوں نہیں اُترتے اور جو کام شروع کیا ہے آیا ہمارے لیے ٹھیک ہے یا نہیں؟ میرے خاوند گھر میں کھچے کھچے رہتے ہیں۔ میرے ساتھ انہیں شروع سے لگاؤ ہی نہیں۔ ذرا ذرا سی بات پر لڑتے ہیں۔ باہر لوگوں میں بہت خوش رہتے ہیں لیکن گھر میں نہ نیند ختم ہوتی ہے اور نہ ہی غصہ اُترتا ہے۔ (نعیمہ۔ گوجرانوالہ)

جواب: آپ کی سوتیلی ساس نے باقاعدہ اور مسلسل سفلی عمل کرا کر آپ کی بربادی کا سامان کیا ہے۔ اس کا اُتار آپ سے ممکن نہ ہوگا۔ آپ دفتر ماہنامہ عبقری کے ذریعے مجھ سے مل لیں یا اپنے میاں کو بھیج دیں۔ البتہ سورۂ آلِ عمران ہر روز صبح پڑھنے کا معمول بنالیں۔ جب تک آپ کا قرض ادا نہ ہو جائے، پڑھتی رہیں۔

آسیب کے اثرات

سوال: میرا چھوٹا بھائی ہے جس کا نام وحید مدثر اور عمر تقریباً ۲۲ سال ہے۔ کوئی ڈیڑھ سال ہوا، رات کے ایک بجے ایک ویران جگہ سے گزرا جو آسیب زدہ ہے۔ اسے اچانک راستے میں ایک کتا نظر آیا جس کی آنکھوں میں اتنی چمک تھی کہ اس کتے کی طرف دیکھنے سے وحید مدثر کی آنکھیں چندھیا گئیں۔ اس کے ہاتھ میں پتھر تھا جو اس نے کتے کو مارنا تھا لیکن ہاتھ اوپر نہ ہو سکا۔ شور مچانا چاہا تو منہ سے آواز نہ نکلی۔ اس وقت تو گھر با خیریت پہنچ گیا لیکن دوسرے دن اس کو بے ہوشی کے دورے پڑنے شروع ہو گئے۔ اس کو ایک عامل کے پاس بے ہوشی کی حالت میں لے گئے۔ عامل صاحب نے کچھ عمل کیا تو بے ہوشی کی حالت میں بولا کہ میں چڑیل ہوں۔ فلاں جگہ جس جگہ سے یہ ڈرا تھا، اس نے مجھے پتھر مارنے کی کوشش کی۔ اب میں اسے نہیں چھوڑوں گی۔ دو تین مرتبہ بعد میں عامل صاحب نے اس آسیب کو حاضر کیا اور بولا اب ٹھیک ہو جائے گا۔ چھ ماہ تک بالکل ٹھیک رہا لیکن پھر اسے وہی دورے پڑنے شروع ہو گئے۔ پہلے جمائیاں آتی ہیں۔ آنکھوں سے پانی آتا ہے۔ پھر تڑپ تڑپ کر بے ہوش ہو جاتا ہے۔ کبھی کبھی جسم کے کسی حصے میں درد بھی ہوتا ہے۔ یہ دورہ اس کو روزانہ ایک دو مرتبہ آتا ہے۔ جو کبھی دس منٹ کبھی ایک گھنٹہ کبھی دو گھنٹے رہتا ہے۔ پھر کلمہ شریف پڑھتا ہے اور ہوش میں آجاتا ہے۔ بہت سے عاملوں کے پاس گئے ہیں لیکن ٹھیک نہیں ہو رہا۔ برائے مہربانی آپ فرمائیں کہ اس کو کس چیز کا دورہ پڑتا ہے اور اسکا کیا حل ہے؟ اسلام آباد میں بہت سے ڈاکٹروں کو دکھایا ہے اور ٹیسٹ بھی کروائے ہیں۔ کوئی بیماری نہیں ہے۔ ہم نے بہت پیسہ خرچ کیا ہے لیکن

اس پریشانی سے نجات نہیں ملتی۔(امجد حسین ملک۔چکوال)

جواب: وحید مدثر (گڈ میڈیم) ہے۔اس کا مطلب یہ ہے کہ اس میں ارواح یا جنات کو دیکھنے کی صلاحیت موجود ہے۔ ایسے بچے عام طور پر بہت زیادہ حساس اور صاف باطن ہوتے ہیں۔ ہوا یہ ہے کہ وحید مدثر پر ایک اچھا جناتی اثر پہلے سے موجود تھا جو مرد کا تھا اور صرف اس بنیاد پر تھا کہ اسے پیارا لگا۔ جس رات وحید ڈرا اس رات اس کی صلاحیت کی بنیاد پر یہ عورت اسے نظر آئی، لہٰذا یہ دوسرا ابلیسی اثر بھی اس پر حاوی ہوگیا۔ دونوں اثر ایک طاقت کے ہیں۔ عورت یا چڑیل کا اثر جب موقع پاتا ہے وحید کے اعصابی مرکزوں پر قبضہ کر لیتا ہے اور وہ بے ہوش ہو جاتا ہے، پھر اچھا اثر جب پہنچتا ہے۔ تو چڑیل بھاگ جاتی ہے اور کلمہ وحید کے منہ سے اچھا اثر پڑھتا ہے۔ علاج آپ کے بھیجے ہوئے لفافے کے ذریعے ارسال کیا جارہا ہے۔

اولاد سے محرومی

سوال: میں اور میری بیوی ڈاکٹری رپورٹوں کے مطابق بالکل ٹھیک ٹھاک ہیں۔ ظاہری طور پر کسی قسم کا نقص نہیں۔ پھر بھی پانچ چھ سال سے اولاد کی نعمت سے محروم ہیں۔ نماز اور دینی شعائر کی پابندی بھی کرتے ہیں۔ آپ کوئی دوا اور دعا تجویز کیجئے۔ (ر۔خ۔خان۔راولپنڈی)

جواب: آپ اولاد کے لیے درج ذیل کا وظیفہ پڑھیں۔

بعد نماز عشاء۔ ایک تسبیح هُوَ الْقَادِرُ عَلَى الْإِطْلَاقِ،

ایک تسبیح هُوَ الْخَالِقُ عَلَى الْإِطْلَاقِ،

ایک تسبیح هُوَ الرَّزَّاقُ عَلَى الْإِطْلَاقِ،

ایک تسبیح هُوَ الْمُصَوِّرُ عَلَى الْإِطْلَاقِ،

ایک تسبیح هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ عَلَى الْإِطْلَاقِ،

بعد میں ۵ بار درود تنجینا پڑھیں۔ بچے کے لیے دعا کریں پھر ۵ بار درود تنجینا پڑھیں۔ ۴۱ روز یہ عمل جاری رکھیں، ان شاء اللہ مقصد پورا ہوگا۔

کمر میں درد

سوال: ہم سات بہن بھائی ہیں جو ہر وقت آپس میں لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں۔ ہمارے دونوں چچا کا رویہ بھی ہمارے ساتھ ٹھیک نہیں ہے۔ ہماری امی ہر وقت بیمار رہتی ہیں اور ان کی کمر میں ہر وقت درد رہتا ہے۔ ڈاکٹری علاج بھی کروایا مگر کوئی افاقہ نہیں ہوا۔ لوگ کہتے ہیں کہ آپ پر کسی نے جادو کر دیا ہے۔ کیونکہ پہلے ہم سب مل جل کر رہتے تھے مگر اب سب میں اختلاف برپا ہوگیا ہے اور آپ میری امی کی کمر درد کا کوئی نسخہ بتائیں تاکہ وہ صحت یاب ہو جائیں اور دوسری بات یہ ہے کہ ہمیں کوئی مختصر سا وظیفہ بتائیں جو ہم آسانی سے کرسکیں اور ہمارا گھر ایک بار پھر خوشحالی کا مسکن بن جائے۔ (تسنیم۔کراچی)

جواب: تمام گھر والے بکثرت سورۃ فاتحہ پڑھیں۔ میرا تجربہ اور بار بار کا تجربہ ہے کہ جب بھی سورۃ فاتحہ پڑھی گئی اور تمام گھر والوں نے پڑھی تو گھر میں محبت سکون اور چین آگیا۔ تو کم از کم 313 بار سورۃ فاتحہ روزانہ پڑھیں اور چاروں قل، آیت الکرسی بھی گیارہ مرتبہ روزانہ پڑھ کر ہر شخص اپنے اوپر دم کرے کیونکہ یہ بعض اوقات شیطانی اثرات سے بھی ایسا ہوتا ہے۔

رشتوں میں رکاوٹ

سوال: آپ نے درود تنجینا 313 بار پڑھنے کو دیا ہے، بات یہ ہے کہ میرے پاس اتنا ٹائم نہیں ہوتا۔ نہ میں اتنے مشکل وظائف کرسکتا ہوں۔ میں نے آپ سے جلد شادی کا وظیفہ پوچھا تھا اور اپنی بہن کے لئے بھی پوچھا تھا کہ وہ کس طرح اس خراب لڑکے سے جان چھڑائے۔ پہلے میرے لئے بہت رشتے آتے تھے مگر اب ایک سال ہوگیا ہے مگر کوئی رشتہ نہیں آیا۔ امی نے حساب کروایا تو پتا چلا کہ ہم سب گھر والوں پر جادو ہے اور سخت قسم کا ہے۔ ہم پہلے بھی سخت پریشان تھے جادو کا سن کر اور زیادہ پریشان ہو گئے ہیں۔ میرے والد صاحب نہیں ہیں۔ ان کو اس دنیا سے رخصت ہوئے 11 برس ہوگئے ہیں۔ ہمارے دوست کم اور دشمن زیادہ ہیں۔ ہم لڑکے چھوٹے ہیں اور بہنیں بڑی ہیں۔ امی بھی بیمار رہتی ہیں۔ پہلے ہمارے ماموں ہمارا کچھ خیال رکھتے تھے مگر اب ان کا بھی دل بھر گیا ہے وہ اب نہیں پوچھتے۔ نانی اور خالہ بھی امی سے لڑائی کرتی ہیں۔ خط لکھتے ہوئے بھی رونا آرہا ہے۔ اس بری دنیا میں جہاں برے ہیں، وہاں آپ جیسے اچھے لوگ بھی موجود ہیں۔ ہم سب گھر والے پانچ وقت کی نماز ادا کرتے ہیں اور سورۃ یٰسین، آیت الکرسی بھی پڑھتے ہیں۔ آپ ہمارا حساب کرکے بتائیں کیا واقعی ہم پر جادو ہے؟ (ندیم سندھو۔لیہ)

جواب: بہن! آپ کو جو وظیفہ بتایا ہے، آپ کے بقول وہ لمبا وظیفہ ہے۔ کیا ایسا تو نہیں کہ آپ کو محنت بھی نہ کرنا پڑے اور آپ کے مسائل بھی حل ہو جائیں۔ میرا بار بار کا تجربہ ہے کہ جب بھی کسی مشکل میں مبتلا فرد نے اس وظیفے کو پڑھا اور اگر تمام گھر والے مستقل مزاجی سے اعتماد سے اور یکسوئی سے پڑھیں تو جلدی اور دائمی فائدہ ہوتا ہے۔ میری آپ سے گزارش ہے کہ آپ اس وظیفے کو مستقل مزاجی سے 90 دن پڑھیں۔ گھبرائیں نہ بلکہ توجہ اور دھیان سے پڑھیں۔

پڑھائی میں دل نہیں لگتا

سوال: میرے میاں، پلمبر ہیں وہ دن رات محنت سے بالکل نہیں گھبراتے لیکن اس کے باوجود ہمارے گھر میں تنگی اور فکر و فاقہ بہت زیادہ ہے۔ میرے میاں میں غصہ اور ضد بہت زیادہ ہے اور اسی طرح میرا بڑا بیٹا جو 13 سال کا ہے بہت ضدی ہے۔ جس کام سے روکا جائے وہی کرتا ہے۔ کہنا بالکل نہیں مانتا، نماز پڑھنے سے صاف جواب دے دیتا ہے۔ پہلے ٹھیک پڑھتا تھا۔ ایک بار قرآن پاک ختم بھی کر چکا ہے۔ لیکن اب جب پڑھنے کو کہا جائے تو کہتا ہے کہ میرا دل نہیں کرتا۔ اسی طرح سکول کی پڑھائی میں بھی بالکل دلچسپی نہیں لیتا۔ میں بہت پریشان ہوں۔ عبقری میں آپ نے میرے مسائل سے ملتے جلتے مسائل والی ایک خاتون کو ایک وظیفہ بتایا تھا کیا میں بھی اسے اس طریقے سے پڑھ سکتی ہوں اور آپ نے عبقری میں جو وظائف دیے ہوتے ہیں کیا وہ ہر کوئی اپنے مسئلے کے مطابق پڑھ سکتا ہے؟

جواب: بہن ایک تو جو آپ نے جوابی لفافہ مکمل پتہ اور ٹکٹ لگا ہوا ارسال کیا ہے، دو انمول خزانے ارسال کر دیئے ہیں۔ قارئین سے درخواست ہے کہ ٹکٹیں لفافے پر چسپاں کر دیا کریں۔ یعنی جوابی لفافے پر لگا دیا کریں اکثر قارئین اتنی تکلیف گوارا نہیں کرتے کہ ٹکٹیں لفافے پر چسپاں کر دیں بلکہ علیحدہ ساتھ بھیج دیتے ہیں۔ جو کہ گم ہو جاتی ہیں میں حیران ہوں کہ امت کے اندر اتنی سستی اور کاہلی آخر کیوں آگئی ہے۔ دوسرا یہ لفظ یَا مُسْتَطِیْعُ پڑھیں انشاء اللہ تعالیٰ کرم ہوگا۔ وضاحت ضروری ہے

رسالہ پڑھنے کے بعد: آپ عبقری اور کتابوں کو پسند فرماتے ہیں۔ اعتماد سے ان کے روحانی اور طبی رازوں اور ٹوٹکوں کو آزماتے ہیں۔ یقیناً آپ کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ فائدہ ہمیں لکھیں چاہے ٹوٹے پھوٹے الفاظ ہی میں لکھیں۔ کس ماہ کے رسالے یا کتاب سے طبی یا روحانی فائدہ ہوا حوالہ ضرور لکھیں۔ آپ کا تجربہ لاکھوں قارئین کے فائدہ کا ذریعہ بن جائے گا اور صدقہ جاریہ بھی ہے۔ (ادارہ)

مخلص دوست کی نشانی: وہ شخص جھوٹا نہیں جو دو شخصوں میں صلح کرادے۔ نیک بات کہے یا اپنی طرف سے نیک بات ملادے

قدرتی نیند بحال رکھنے کا آسان طریقہ

ہمیشہ دائیں کروٹ لیٹنا چاہیے اس لیے کہ پیشانی میں لہریں بائیں سے دائیں تحریک پیدا کرتی ہے اور مریض جلد ہی نارمل حالت میں آکر سو جاتا ہے اس طرح سونے میں کوئی خطرہ نہیں ہے یہ سونے کا مسنون طریقہ ہے

(تحریر: زاہدہ رحمٰن خان۔ چنیوٹ)

میں ایک بائیس سالہ پرانی نفسیاتی مریضہ تھی۔ مریضہ کیا تھی بلکہ نفسیاتی امراض کا مجموعہ تھی۔ میرا علاج کسی کے پاس نہ تھا سوائے نیند کی گولیوں میں اضافہ کرنے کے جو مجھ پر بے اثر تھیں۔ ایک دن میں نے ایک آیت پڑھی۔ "**اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ** ○ (سورۃ الرعد آیت نمبر 28) ترجمہ: بے شک اللہ کے ذکر سے دل چین پاتے ہیں۔" پھر میں نے کیسے ذکر الٰہی سے اپنی نفسیاتی خامیوں پر قابو پایا اور اپنے امراض سے نکل آئی۔ آج اللہ تعالیٰ نے نہ صرف مجھے نفسیاتی بیماریوں سے آزاد کیا ہے بلکہ نفسیاتی امراض کے بارے میں علم بھی دیا ہے کہ نفسیاتی امراض سے کیسے چھٹکارا حاصل کیا جائے۔ کیا تراکیب ہیں ان پر عمل کیسے کرنا ہے سب ایک مضمون میں تو نہیں لکھ سکتی۔ البتہ ایک ایک کر کے مضمون آپ کی خدمت میں بھیجتی رہوں گی۔ آج میرے مضمون کا موضوع شعور اور نیند کے متعلق ہے۔ جب کسی حساس بندے کو کوئی حادثہ یا مسئلہ پیش آتا ہے یا حساس طبیعت ہونے کی وجہ سے جو چیز سب سے پہلے متاثر کرتی ہے وہ ہے نیند۔ اس کی مندرجہ ذیل وجوہات ہو سکتی ہیں۔ (1) چھوٹی چھوٹی باتوں کو دل کا روگ بنا لینا یا انا کا مسئلہ بنا لینا (2) کسی اچانک حادثے یا صدمے سے چکر آنا (3) کسی اچانک حادثے یا صدمے سے نیند کا اڑ جانا (4) صدمے یا مسئلہ سے تے آنا (5) کسی صدمے یا مسئلے سے دل میں گھٹن یا اضطراب (بے چینی) پیدا ہونا فرض کریں اوپر کی وجوہات میں سے صرف نیند ہی متاثر ہوئی ہے اور کوئی علامت نہیں ہے تو نیند کو بحال کرنے کا طریقہ یہ ہے۔ کہ جب سونے کے لیے لیٹیں تو دائیں کروٹ لیٹیں اور مکمل توجہ سے پہلا کلمہ اتنی دیر تک پڑھیں کہ آپ میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامت ظاہر ہو۔ یعنی آپ میں کوئی تبدیلی واقع ہو۔ مثلاً

(1) نیند میں جانے سے پہلے جھٹکا لگے۔ اس کا مطلب ہے کہ شعور نے نارمل ہونا شروع کر دیا ہے۔ (2) جمائی آنے لگے۔ (3) دو چار اُبکائیاں آئیں۔ (4) آپ کو چھینکیں آئیں یا کھانسی آئے (5) آپ کو پیشانی میں لہریں بائیں سے دائیں جاتی ہوئی محسوس ہوں یا آنکھیں بند کرنے پر روشنی کی لہریں بائیں سے دائیں جاتی ہوئی نظر آئیں (6) یا آپ کے دل کی دھڑکن تیز ہو جائے اور ساتھ چکر آئیں۔

اگر مسئلے کی نوعیت معمولی ہوگی تو صرف جمائی آنے کے بعد ہی آپ پر گہری نیند طاری ہو جائیگی۔ جبکہ باقی علامات میں کوئی ایک ظاہر ہونے پر آپ پہلا کلمہ توجہ سے جاری رکھیں۔ فوراً یا کچھ دیر بعد آپ گہری نیند سو جائیں گے۔

اور نمبر 3 میں لکھا ہے کہ دو چار ابکائیاں آنے پر نیند آ جائے گی۔ یہ ابکائی آپ کے دل کی گھٹن یا اضطراب کو ختم کر کے دل کی حالت کو نارمل بنا دے گی اور مریض سو جائے گا۔

ہمارا شعور دائیں کنپٹی میں ہے اور ہمارے شعور کی لہریں جو رنگ برنگی ہوتی ہیں، ہماری پیشانی میں موجود ہوتی ہیں۔ یہ لہریں سارے شعور کو کنٹرول کرتی ہیں۔ جب ہمارے شعور کو مسائل سے دوچار ہونا پڑتا ہے تو ان میں سے کوئی لہر متاثر ہو جاتی ہے۔ لہٰذا یکسوئی کی مشق سے آپ کو پیشانی میں لہریں بائیں سے دائیں جاتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں اور آنکھیں بند کرنے پر نظر بھی آ سکتی ہیں۔ ذہنی انتشار سے یہ لہریں ڈسٹرب ہوتی ہیں اور یکسوئی کی مشق سے ان لہروں میں تحریک پیدا ہوتی ہے اور جو لہر انتشار سے ڈسٹرب ہوتی ہے۔ وہی لہر یکسوئی کی مشق سے ٹھیک ہو جاتی ہے۔ میں تفصیل اس لیے بتا رہی ہوں کہ ان میں سے کوئی بھی حالات ہوں تو آپ گھبرائیں مت بلکہ اس معمولی سی تکلیف سے نکل کر نارمل نیند حاصل کر لیں۔ جب بھی کسی مسئلے سے آپ کی نیند متاثر ہو، اسی طریقہ پر بحال کریں۔ خدانخواستہ کسی مسئلے کی وجہ سے آپ کی نیند متاثر ہو چکی ہے یا آپ پانچ سالہ پرانے نفسیاتی مریض ہیں۔ یکسوئی سے آپ کی نیند بحال ہو گئی ہے اور آپ کو نیند میں جنات محسوس ہوں یا ایسے محسوس ہو کہ آپ کے جسم سے کوئی غیر مرئی طاقت نکل رہی ہے جیسے آپ کو عموماً انگلش فلموں یا ڈراموں میں دکھایا جاتا ہے۔ ایسے حالات ایک دومنٹ کے لیے بھی کسی کو پیش آ سکتے ہیں۔ یاد رکھیں نہ یہ تو جادو ہے نہ جنات کا چکر ہے بلکہ ہمارے شعور کے متاثر ہونے سے محسوس ہوا ہے۔ لہٰذا ایسی حالت میں دو تین بار آیت الکرسی پڑھیں، اگر آیت الکرسی نہیں آتی تو تیسرا کلمہ توجہ سے بار بار پڑھیں۔ حالت نارمل ہو جائیگی اب میں تھوڑا سا شعور کے بارے میں بتا دوں کہ شعور کے نظام میں نیند، چکر، دل، یادداشت چھینکیں، جمائی اور لاشعور آتے ہیں۔ یہ نظام آپس میں جذباتی لہری نظام کے تحت جڑے ہوئے ہیں۔ کسی مسئلے سے ان میں کوئی بھی نظام متاثر ہو جائے تو جذباتی لہروں کے ذریعے سے دوسرے نظام بھی متاثر ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح جب یہ متاثر نظام یکسوئی کی مشق سے ٹھیک ہو جاتا ہے تو دوسرے نظام بھی خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

شعوری نظام میں کوئی سا نظام بھی متاثر ہو جائے تو نیند ختم ہو جاتی ہے۔ چونکہ شعور کا نظام کسی سوچ سے متاثر ہوا ہے۔ لہٰذا اب یہ یکسوئی کی مشق سے جیسے ہی یکسو ہوگا۔ مریض فطری اور گہری نیند سو جائیگا۔ نیند کا اڑ جانا، چکر آنا، دل میں گھٹن ہونا، شعور کے متاثر ہونے کی نشانیاں ہیں لہٰذا پہلے کلمہ کا ورد دو تین گھنٹوں میں آپ کو فطری نیند واپس دلا دے گا۔ اگر نفسیاتی مریض نیا ہے تو وہ چار گھنٹوں کی یکسوئی کی مشق سے مکمل نارمل ہو جائے گا۔ بفضل تعالیٰ اگر کوئی مریض پرانا ہے اور پتہ نہیں کہ کتنا پرانا ہے۔ اُن کے لیے یکسوئی کی مزید مشقیں بتا رہی ہوں۔ ان پر ایک ماہ عمل کریں۔ شعور کتنا ہی متاثر کیوں نہ ہو، متحرک ہو کر اپنے سیدھے راستے پر آ جائے گا۔ یہ مشقیں نیا مریض بھی کر سکتا ہے۔ (1) دائیں کروٹ لیٹ کر درودِ ابراہیمی کی ایک تسبیح توجہ سے پڑھیں (2) یکسوئی سے نماز ادا کرنے کی اور دعا کرنے کی کوشش کریں۔ (3) کسی اخبار یا کتاب کا مطالعہ کریں۔ (4) رات سونے سے پہلے دن بھر کی مصروفیات لکھنا۔ (5) دس منٹ گھڑی کی ٹک ٹک سننا (دن میں تین بار)۔ دس منٹ سے دو دو (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

فائدہ نمبر 10: اگر گھوڑا چلنے میں سستی ظاہر کرے اس پر سوار ہو کر تین مرتبہ قطب آیت کو پڑھے۔ سستی دور ہو جائے گی۔ باقی خواص کرنے سے جان کو خطرہ ہے۔

شاہِ جنات کا اسم اعظم

اے ہمارے معبود اور ہر چیز کے معبود (اور) اکیلے معبود! آپ کے سوا کوئی اس تخت کو لانے والا نہیں، اس (بلقیس کے) تختِ حکومت کو میرے پاس لا دے۔ (انتخاب: حاجی محمد رفیق۔ سعودی عرب)

حضرت آصف بن برخیا کا اسم اعظم:

حضرت عائشہؓ کی حدیث میں ہے کہ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ وہ اسم اعظم جس کے ساتھ حضرت آصف بن برخیا (شاہِ جنات) نے (تخت بلقیس اٹھانے کی) دعا کی تھی "یا حیی یاقیوم" تھی۔ اور حضرت امام زہریؒ فرماتے ہیں کہ یہ دعا تھی۔

"یَااِلٰھَنَا وَاِلٰہَ کُلِّ شَیْءٍ اِلٰھًا وَّاحِدًا لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ ائْتِنِیْ بِعَرْشِھَا." (الدرالنظیم ص:۳۲)

"اے ہمارے معبود اور ہر چیز کے معبود (اور) اکیلے معبود! آپ کے سوا کوئی اس تخت کو لانے والا نہیں، اس (بلقیس کے) تختِ حکومت کو میرے پاس لا دے۔"

نوٹ: اگر کوئی شخص اس اسم اعظم کو اپنے ورد میں شامل کرنا چاہے تو وہ اس کے آخری کلمہ ائْتِنِیْ بِعَرْشِھَا کی جگہ اپنی حاجت کا سوال کرے۔

امام زین العابدینؒ کے نزدیک اسم اعظم:

امام رازیؒ نے حضرت امام زین العابدینؒ سے نقل کیا ہے کہ آپ نے اللہ تعالیٰ سے دعا کی کہ وہ انہیں اسم اعظم کی تعلیم دیں، تو آپؒ نے خواب میں دیکھا کہ "اسم اعظم" یہ ہے۔

"اَللّٰہُ اَللّٰہُ اَللّٰہُ الَّذِیْ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَرَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ" (الدرالمنظم)

"اللہ، اللہ، اللہ وہ ذات ہے جس کے سوا کوئی معبود نہیں، جو عرش عظیم کا رب ہے۔"

سید التابعین حضرت سعید بن المسیبؒ کا اسم اعظم:

آپؒ فرماتے ہیں کہ میں مسجد میں چاندنی رات میں داخل ہوا مجھے اُس وقت گمان ہو رہا تھا کہ شاید صبح ہو گئی ہے جبکہ رات اپنے زوروں پر تھی۔ میں نماز پڑھنے کھڑا ہو گیا، پھر بیٹھ کر دعا مانگنے لگا تو ایک ہاتف نے مجھے پیچھے سے پکار کر کہا اے اللہ کے بندے یہ دعا کرو۔ میں نے کہا کیا کروں؟ فرمایا یوں کہو:

"اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْاَلُکَ بِاَنَّکَ مَلِکٌ وَاَنْتَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ وَمَا تَشَاءُ مِنْ اَمْرٍ یَّکُوْنُ" (المستطرف ۲۸/۲) "اے اللہ میں آپ سے اس بات کا استحضار کرتے ہوئے دعا کرتا ہوں کہ تو بادشاہ ہے اور ہر شے پر قادر و مختار ہے تو جو کام کرنا چاہتا ہے وہی ہوتا ہے۔" حضرت سعید بن المسیبؒ فرماتے ہیں کہ میں نے جب بھی ان الفاظ کے ساتھ دعا کی اور جس معاملہ میں کی کامیابی حاصل ہوئی۔

حضرت سری سقطیؒ سے منقول اسم اعظم:

حضرت سری سقطیؒ یحییٰؒ سے اور وہ قبیلہ طئی کے ایک آدمی سے نقل کرتے ہیں۔ اس آدمی کی حضرت یحییٰؒ نے اچھی تعریف بھی فرمائی کہ میں اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا رہا کہ مجھے اپنا وہ اسم دکھا دیں جس کے ساتھ جب دعا کی جاتی ہے تو وہ اس کو قبول فرماتے ہیں، تو میں نے آسمان پر ایک ستارے میں یہ لکھا ہوا دیکھا:

"یَا بَدِیْعَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ یَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ" (اخرجہ ابویعلی، مجمع الزوائد(159/10))

"اے آسمانوں اور زمین کے پیدا کرنے والے اے ذوالجلال والاکرام"۔

عبقری سے فیض پانے والے

شوگر کی دوائی کے کارنامے

محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

سب سے پہلے میں آپ کی شوگر والی دوائی کے متعلق عرض کروں گا۔ میری بیوی کو شوگر ہوئی تو میں نے عبقری سے شوگر والی دوا تیار کی۔ جب میں نے اسے دوا دینے کی کوشش کی تو اس نے دوا کھانے سے انکار کر دیا۔ میں نے چھوٹے بیٹے کی ڈیوٹی لگائی کہ والدہ کو کوشش کر کے دوا دو تا کہ اس کی صحت ٹھیک ہو جائے۔ میں جس آدمی کو دوا دیتا ہوں وہ ٹھیک ہو جاتا ہے اور آپ کی والدہ شوگر والی دوا نہیں کھاتی۔ بیٹے نے والدہ کی منت سماجت کی اور کہا کہ امی آپ کی حالت ٹھیک نہیں ہے برائے کرم میری خاطر یہ دوا لیں۔ بہت منت سماجت کرنے کے بعد والدہ نے ایک خوراک کھا لی۔ دوا کھانے کے بعد اس کو بہتری محسوس ہوئی۔ جب میں شام کو گھر گیا تو اس نے کہا مجھے جو دوا بیٹے نے دی ہے اس سے میں کافی بہتری محسوس کر رہی ہوں۔ میں کہا ایک خوراک اور لے لو۔ اللہ کے فضل و کرم سے میری بیوی 3 خوراکوں سے بہتر ہو گئی تو میں نے سوچا کہ یہ دوا کیوں نہ اُن غریبوں میں مفت تقسیم کروں جو شوگر کا علاج کرانے کے قابل نہیں۔ میرے چھوٹے بھائی کریانہ کا کام کرتے ہیں۔ وہ ہر ماہ 15/20 کلو دوا تھوک کے حساب سے مجھے لا کر دے دیتے ہیں۔ میں تمام ادویات کو خود اپنے ہاتھوں سے صاف کرتا ہوں، دھوپ میں خشک کرتا ہوں اور بڑا Grinder رکھا ہوا ہے اسے خود Grind کرتا ہوں اور مریض کو دیتا ہوں۔ اللہ کے فضل و کرم سے اس کے نتائج اتنے اچھے ہیں کہ میں سوچ بھی نہیں سکتا۔

ایک ڈاک خانہ کا ملازم میرے پاس آیا اور کہنے لگا حاجی صاحب گاؤں کی ایک بوڑھی عورت ہے اور اسے شوگر بہت زیادہ ہے۔ آنکھیں بنوانے کے لیے ہسپتال گئی تو ڈاکٹروں نے کہا کہ مائی آپ کی نظر نہیں بن سکتی کیونکہ آپ کی شوگر بہت زیادہ ہے۔ اس نے یہ دوا اسے دی اور کہا کہ ایک ماہ کھانے کے بعد شوگر کرائیں اس نے اسی طرح کیا ان کی شوگر نارمل ہو گئی اور اسکی آنکھیں بن گئیں اب مائی بالکل ٹھیک ہے۔ دوسری میری مارکیٹ میں ایک شیخ صاحب کی شامیانوں اور قناتوں کی دوکان تھی۔ اس کے مثانے میں پتھری تھی، اس دوائی کے استعمال سے ان کو بہت (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

خونی دست: خونی دستوں میں مصری چاول کی پیچ میں نمک ملا کر پینے سے خونی دست بند ہو جاتے ہیں۔

چھپکلی اور بوڑھے موذن کا کراماتی علاج

بہت سے لوگ یہ تیل پرانی خارش اور خنازیر، گلٹیوں پر بھروسے سے استعمال کراتے ہیں۔ ہڈی ٹوٹنے کے بعد پرانا زخم جو کسی بھی دوائی سے ختم نہ ہوتا ہو مزید فسچولا یا بھگندر کے زخم پر لگانے سے لاجواب فائدہ ہوتا ہے

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

جلدی بیماریاں جہاں علاج میں زیادہ وقت لیتی ہیں وہاں قیمت بھی زیادہ ادا کرنی پڑتی ہے۔ اس کی وجہ ہے ماحولیاتی گرد وغبار۔ چونکہ جلد جسم کا بیرونی حصہ ہوتا ہے اس لیے آلودگی اور خاص طور پر فضائی آلودگی جلد پر زیادہ اور جلدی اثر کرتی ہے۔ انسان کی جتنی بیماریاں ہیں وہ تمام پوشیدہ ہیں لیکن جلدی بیماری واحد بیماری ہے جو پوشیدہ کبھی نہیں رہ سکتی۔ چاہے وہ خاموش ہو یا جلدی زخم یا پھوڑے پھنسی کی شکل میں۔ ایک مریض میرے پاس آیا اس کے دونوں ہاتھ، پاؤں، بازو، پنڈلیاں اور چہرہ گلے ہوئے تھے۔ پیپ بہہ رہی تھی۔ مریض نے مجھے جلد کے چھلکے اتار کر دکھائے۔ کہنے لگا بہت علاج کیا افاقہ نہ ہوا۔ میں نے توجہ سے دیکھ کر مرض کے لیے مناسب دوا دے دی۔ مریض دوا لے کر چلا گیا اس کے بعد پھر نہیں ملا۔ ایک دن ایسا ہوا کہ میں بازار جا رہا تھا کہ ایک شخص رکشہ سے اتر کر مجھے ملا۔ کہنے لگا پہچانا میں نے کہا کہ چہرہ تو شناسا معلوم ہوتا ہے کہنے لگا میں وہی مریض ہو جس کے ہاتھ پاؤں گلے ہوئے تھے۔ دیکھئے اب میں بالکل تندرست ہوں۔ لیکن یہ فائدہ آپ کی دوا سے نہیں ہوا۔ مغل پورہ میں مسجد کے موذن بابا جی ایک تیل دیتے ہیں۔ میرے ایک جاننے والے نے اپنی بھانجی کے لیے جس کو یہی تکلیف تھی استعمال کیا۔ اس کی بھانجی بالکل تندرست ہوگئی۔ بابا پیسے نہیں لیتا جو کوئی جتنی خدمت کر دے قبول کر لیتا ہے۔ میں نے بیس پچیس دن وہی تیل استعمال کیا مجھے بہت فائدہ ہوا اور اب میں بالکل صاف شفاف اور تندرست ہوں۔ اس مریض کی بات سن کر بہت حیرت ہوئی۔ اس بابا کا مکمل پتہ اس سے لے لیا وقتاً فوقتاً کوئی مریض اس مرض کا میرے پاس آتا تو میں اسے اس بابے کی خدمت میں بھیج دیتا اور ہر دفعہ مجھے بہت مثبت نتائج اور حوصلہ افزاء الفاظ سننے کو ملتے۔ چند ایک لوگوں کو نسخہ لینے کے لیے بھیجا تھا لیکن بابے نے ٹال دیا۔ آخر کار کچہری میں ملازم ایک دوست کو بابے کے پیچھے لگایا کہ کسی نہ کسی طرح وہ نسخہ حاصل ہو جائے۔ اب اس نے نسخہ کیسے حاصل کیا وہ بھی کہانی سن لیں۔ دوست کہنے لگا کہ میں روزانہ اپنے بیٹے یا ملازم کے ہاتھ کوئی اچھی چیز پکی ہوئی بھجوا دیتا۔ کبھی کھیر، کبھی کوئی شربت، کبھی مٹھائی۔ یہ سلسلہ کئی ماہ تک چلتا رہا۔ ہفتہ دو ہفتہ کے بعد میں بابا سے ملنے چلا جاتا لیکن میں نے کبھی بھی اس دوائی یعنی تیل کے نسخہ لینے کا اظہار نہیں کیا۔ ایک دفعہ میں نے کرنڈی کا سوٹ پہنا ہوا تھا۔ بابا دیکھ کر کہنے لگا کپڑا تو بہت اچھا ہے۔ کیا نام ہے اس کپڑے کا؟ میں نے کہا کرنڈی کہتے ہیں۔ میں سمجھ گیا اور 1260 روپے کا سوٹ خرید کر سلوایا اور یہ سوٹ بابے کو گفٹ کیا۔ بابا بہت خوش ہوگیا۔ ایک دفعہ بابا کہنے لگا کہ تجھے جڑی بوٹیوں کا شوق ہے۔ میں سمجھ گیا ہوں آخر یہ بال دھوپ میں سفید نہیں کیے تو مجھ سے وہی نسخہ چاہتا ہے۔ چلو بتائے دیتا ہوں دراصل مسجد میں چھپکلیاں بہت زیادہ ہیں۔ میں انہیں مار ڈالتا ہوں۔ ایک پاؤ سرسوں کے تیل میں 7 عدد چھپکلیاں ڈال کر اس کو ہلکی آنچ پر جلالیں۔ جب چھپکلیاں جل جائیں تو تیل کو چھان کر محفوظ کر لیں۔ بس یہی تیل ہر گلے سڑے اور کسی بھی قسم کا زخم جو کسی بھی دوا سے ٹھیک نہ ہونے والا ہو، اس تیل سے بالکل تندرست ہو جاتا ہے (ان شاء اللہ)۔ یہ ترکیب مجھے تقسیم ہند سے قبل ایک ہندو حکیم نے بتلائی تھی۔ اس دن سے یہ نسخہ استعمال کر رہا ہوں۔ نہایت مفید ہے۔ آپ بھی بنا کر دیکھیں۔ میں تو نے تو ایسے گندے اور سڑے زخموں پر جنہیں کاٹنے کے فیصلے ہو چکے تھے، آزمایا۔ میں مایوس نہیں ہوا بلکہ حوصلہ بڑھا۔ بہت سے لوگ یہ تیل پرانی خارش اور خنازیر، گلٹیوں پر بھروسے سے استعمال کراتے ہیں۔ ہڈی ٹوٹنے کے بعد پرانا زخم جو کسی بھی دوائی سے ختم نہ ہوتا ہو مزید فسچولا یا بھگندر کے زخم پر لگانے سے لاجواب فائدہ ہوتا ہے۔ آزمائش شرط ہے۔

لاعلاج لیکوریا

آجکل لڑکیوں اور خواتین میں لیکوریا کا مرض بہت ہی عام ہے۔ اس کے لیے ایک بہت ہی آسان اور آزمودہ نسخہ پیش خدمت ہے جو ہمارے گھروں میں آزمایا ہوا ہے۔ مٹی کے پیالے میں آدھا پاؤ گائے یا بھینس کے دودھ سے دہی جما کر روزانہ صبح نہار منہ کھائیں۔ ہلکی سی شکر یا چینی ڈال کر کھا سکتے ہیں۔ دو مہینے کے استعمال سے ان شاء اللہ ثمہ ان شاء اللہ ہمیشہ کے لیے اس بیماری سے نجات مل جائے گی۔

(مرسلہ: مدیرہ حیا ڈائجسٹ)

جب مشکلات عاجز کردیں

"یَا غِیَاثَ الْمُسْتَغِیْثِیْنَ اَغِثْنَا" دس بار پڑھ کر گیارہ بار درود شریف پڑھے اور اللہ تعالیٰ سے اپنی حاجت طلب کرے۔

انتخاب: عبدالشکور خان۔ راولپنڈی

(1) نماز حاجت کا پڑھنا بہت مفید ہے۔ اللہ تعالیٰ بھی **"اِسْتَعِیْنُوْا بِالصَّبْرِ وَالصَّلٰوۃِ"** (سورۂ بقرہ آیت نمبر 156) یعنی صبر اور نماز کے ساتھ استعانت مانگنے کا ارشاد فرماتے ہیں۔ اس نماز کو صلواۃ اولیاء بھی کہتے ہیں۔ ترکیب یوں ہے کہ صبح کی نماز سے پہلے پاک وصاف ہو کر دو رکعت نماز نفل حاجت کی نیت کرے۔ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ سات بار اور ایک بار سورۂ الکافرون ایک مرتبہ اور دوسری رکعت میں سات بار سورۂ فاتحہ اور ایک بار سورۂ اخلاص پڑھ کر سلام پھیر لے اور پھر کلمہ تمجید دس مرتبہ اور **"یَا غِیَاثَ الْمُسْتَغِیْثِیْنَ اَغِثْنَا"** دس بار پڑھ کر گیارہ بار درود شریف پڑھے اور اللہ تعالیٰ سے اپنی حاجت طلب کرے۔ ان شاء اللہ حاجت پوری ہوگی۔ اگر اس نماز کو اپنا معمول بنا لے گا۔ تو طرح طرح کی برکات ملاحظہ کریگا۔

(2) عروج ماہ میں اتوار کے دن سے شروع کرے۔ یہ وظیفہ صبح کی نماز کے فرض اور سنتوں کے درمیان آنکھیں بند کر کے پڑھنا چاہیے۔ اول وآخر درود شریف جتنی دفعہ ہو سکے پڑھو۔ ترکیب یہ ہے کہ فجر کی نماز کی سنت ادا کر کے بیٹھ جاؤ اور چند مرتبہ درود شریف پڑھ کر سورۂ فاتحہ معہ بسم اللہ اکتالیس مرتبہ پڑھو۔ بسم اللہ کی آخری میم زیر کے ساتھ الحمد کے الف سے ملاؤ۔ **"اَلرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ"** کا تین دفعہ تکرار کرو۔ **"اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ"** کا تین دفعہ تکرار کرو۔ آخر پر "آمین" کا تین دفعہ تکرار کرو اور اسی طرح اکتالیس بار پڑھ کر پھر چند مرتبہ درود شریف پڑھو۔ اکتالیس دن تک متواتر پڑھو۔ ان شاء اللہ حاجت پوری ہوگی۔ مشکل حل ہوگی اگر معمول بنا لوگے تو عجیب فائدہ اٹھاؤ گے۔

(3) ادائے قرض کی نیت سے سورۂ مزمل کو ہر روز چالیس مرتبہ صبح کی نماز کے بعد پڑھے۔ فوراً قرض کی ادائیگی کی کوئی سبیل پیدا ہو جائے گی۔ مجرب ہے۔

(ایسے بے مثال باکمال وظائف اور عملیات کے لیے "کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات" کتاب پڑھیں)

محبت پیدا کرنے کا آسان نسخہ: آپس میں تحفہ بھیجا کرو کہ تحفہ دل کی کدورت کو دور کرتا ہے

دلوں کی روحانی بیماریاں دور کیجئے

بعض حکماء سے منقول ہے تین چیزیں اللہ تعالیٰ کے خاص خزانے کی ہیں یہ چیزیں اللہ تعالیٰ اس شخص کو عطا کرتے ہیں جس سے محبت رکھتے ہیں۔ (1) غربت (2) قرض حسنہ (3) صبر (تحریر: فاروق اکمل ریحان۔ سرگودھا)

دس افراد کا اللہ تعالیٰ کی ذات کے ساتھ کفر

ہمارے آقا ﷺ نے فرمایا اس امت کے دس افراد ایسے ہیں جو اللہ تعالیٰ کی ذات عظیم کے ساتھ کفر کرتے ہیں (یعنی اعمال کفریہ کرتے ہیں) اور گمان کرتے ہیں کہ ہم ایمان والے ہیں۔ (1) ناحق قتل کرنے والے (2) جادوگر (3) دیوث آدمی جس کو اپنی بیوی پر غیرت نہیں آتی (4) زکوۃ روکنے والا (5) شراب پینے والا (6) وہ شخص جس پر حج فرض ہو اور وہ حج کو نہ جائے (7) فتنے بھڑکانے والا (8) حربیوں پر اسلحہ فروخت کرنے والا (یعنی وہ جو مسلمانوں کے ساتھ جنگ کر رہے ہوں) (9) اپنی بیوی کے ساتھ پیچھے کی جانب سے صحبت کرنے والا (10) محرمات کے ساتھ نکاح کرنے والا (ایسے نکاح جن کو شریعت نے حرام قرار دیا ہے)

حضرت علیؓ فرماتے ہیں کہ رونا تین قسم کا ہے۔

(1) ایک اللہ تعالیٰ کے عذاب سے ڈر کر رو دیا جائے

(2) دوسرا اس کی ناراضگی سے رویا جائے

(3) اس کے قطع تعلق پر رو دیا جائے

پہلی قسم کا رونا گناہوں کا کفارہ ہے

دوسری قسم کا رونا عیوب کے لیے طہارت ہے

تیسری قسم محبوب کی رضا سے محبت ہے

چنانچہ گناہوں کے کفارے کا نتیجہ عذاب سے نجات ہے۔ طہارت اور عیوب کا ثمرہ اونچے درجات اور ہمیشہ کی نعمتیں ہیں۔ محبوب کی رضا کی محبت کا ثمرہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے اپنی رضا کی بہتر خوشخبری، ملائکہ کی زیارت اور خود اللہ تعالیٰ کا اپنا دیدار ہے۔

شیطان کے محبوب بندے

ابن عباسؓ سے مروی ہے ایک دن رسول اللہ ﷺ نے ابلیس سے پوچھا میری امت میں تیرے محبوب افراد کتنے ہیں ابلیس نے کہا کہ دس اشخاص ہیں (1) ظالم بادشاہ (2) متکبر آدمی (3) وہ مالدار جو اس کی پرواہ نہیں کرتا کہ وہ کہاں سے مال کماتا ہے اور کہاں خرچ کرتا ہے (4) وہ عالم جو ظلم میں حکمران کی حمایت کرتا ہے (5) خیانت کرنے والا تاجر (6) ذخیرہ اندوزی کرنے والا (7) زناکار (8) سودخور (9) شراب کا عادی (10) بخیل آدمی

نصیحت آمیز واقعہ: (1) حضرت حسن بصریؒ فرماتے ہیں کہ ایک دن میں ایک عابد نوجوان کے ہمراہ بصرہ کے بازاروں اور گلیوں میں چکر لگا رہا تھا کہ ہم ایک طبیب کے پاس پہنچے جو کرسی پر بیٹھا ہوا تھا۔ اس کے سامنے مرد، عورتیں بچے ہاتھ میں بوتلیں لیے کھڑے تھے۔ ان بوتلوں میں پانی تھا ان میں سے ہر ایک حکیم صاحب سے اپنی بیماری کا علاج دریافت کر رہا تھا۔ یہ نوجوان حکیم کی طرف بڑھا اور کہنے لگا حکیم صاحب کیا آپ کے پاس کوئی ایسی دوا بھی ہے جو گناہوں کو دھو ڈالے اور دلوں کی بیماریاں ٹھیک ہو جائیں۔ حکیم صاحب نے کہا جی ہاں۔ تو نوجوان نے کہا کہ اچھا پھر دیدیجئے۔ حکیم صاحب نے کہا دس چیزیں مجھ سے حاصل کر لے۔ تواضع کے درخت کی جڑوں کے ساتھ فقر کے درخت کی جڑیں لے لے اور توبہ کا ہلیلہ اس میں ڈال دے۔ پھر اس کو رضا کی کھرل میں ڈال دے۔ پھر قناعت کے ہاون دستے سے اسے کوٹ دے۔ پھر اس کو تقویٰ کی دیگ میں ڈال دے اور حیا کا پانی اس میں ملا دے اور محبت کی آگ سے اسے جوش دیدے اور پھر شکر کے پیالے میں اس کو نکال دے اور امید کے پنکھے سے اس کو ہوا دے (یعنی ٹھنڈا کر) پھر اس کو حمد کے چمچے سے پی لے۔ جب آپ اس طرح کر لیں گے تو دنیا اور آخرت کی ہر بیماری اور مصیبت سے آپ کو فائدہ ہو جائے گا۔ فائدہ ہی نہ ہوگا بلکہ بیماریاں بھی دور ہو جائیں گی۔

(2) حضرت ابراہیم بن ادہمؒ سے پوچھا گیا کہ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے۔ "اُدْعُوْنِیْٓ اَسْتَجِبْ لَکُمْ" (سورۃ المومن آیت نمبر 60) ترجمہ: مجھے پکارو میں قبول کروں گا'' لیکن ہم دعا مانگتے ہیں وہ قبول نہیں ہوتی۔ فرمایا دعائیں کیسے قبول ہوں تمہارے دلوں کی دس چیزیں مرگئی ہیں (1) تم نے اللہ تعالیٰ کو پہچان لیا لیکن اس کا حق ادا نہیں کیا (2) تم نے اللہ تعالیٰ کی کتاب پڑھی لیکن اس پر عمل نہ کیا (3) ابلیس ملعون سے دشمنی کا دعویٰ تو کیا لیکن اس سے دوستی کی (4) پیغمبر ﷺ کے ساتھ محبت کا دعویٰ تو کیا لیکن ان کی سنتوں کو یکسر چھوڑ رکھا ہے (5) جنت کی محبت کا دعویٰ تو کیا لیکن اس کے لیے عمل نہ کیا (6) جہنم سے خوف کا دعویٰ تو کیا لیکن گناہوں سے باز نہ آئے (7) موت کے حق ہونے کا دعویٰ تو کیا لیکن اس کی تیاری نہ کی (8) دوسروں کے عیوب تلاش کرنے میں تو مشغول ہو گئے اور اپنے عیوب کی اصلاح چھوڑ دی (9) اللہ تعالیٰ کا دیا ہوا رزق کھاتے ہیں لیکن شکر کرنا چھوڑ دیا (10) مُردوں کو اپنے ہاتھوں سے دفن کرتے ہیں لیکن عبرت حاصل نہیں کرتے۔

حکماء اور اللہ والوں کا قول ہے کہ عقل مند آدمی کو توبہ کے بعد دس کام کرنے چاہیے:

(1) زبان سے استغفار (2) دل سے ندامت (3) بدن کو گناہ سے دور رکھنا (4) دوبارہ گناہ نہ کرنے کا پختہ عزم (5) آخرت کی محبت (6) دنیا سے بغض (7) کم بولنا (8) کم کھانا پینا (9) کم سونا (10) اپنے آپ کو حصول علم اور عبادت کے لیے فارغ کرنا۔ بعض حکماء سے منقول ہے تین چیزیں اللہ تعالیٰ کے خاص خزانے کی ہیں یہ چیزیں اللہ تعالیٰ اس شخص کو عطا کرتے ہیں جس سے محبت رکھتے ہیں۔

(1) غربت (2) قرض حسنہ (3) صبر

خاتون جنت کے وسیلہ سے مسلمانوں کو تحفہ

یہ وہ وظیفہ ہے جو نبی کریم ﷺ نے اپنی لخت جگر جنت خاتون حضرت بی بی فاطمہؓ کو عنایت فرمایا۔ امیر المومنین حضرت علیؓ ارشاد فرماتے ہیں کہ میں نے کبھی اس وظیفہ کو پڑھنا ترک نہیں کیا۔ اے ایمان والو آپ بھی ہر نماز کے بعد اسے پڑھنا بلاناغہ معمول رکھیں۔

سبحان اللہ 33 بار الحمد للہ 33 بار اللہ اکبر 34 بار

جو دعا مانگو قبول ہو لیکن محبت سے پڑھیں۔

آپ کا خواب اور تعبیر

بگڑیاں وہ ہی بناتا ہے

میں نے اپنی سہیلی کے گھر کو دیکھا۔ ہمارا ان کے گھر کوئی خاص آنا جانا نہیں ۔ میں نے دیکھا کہ میری سہیلی کا بھائی ہے۔ اس سے میری شادی ہو رہی ہے۔ میری والدہ روتی ہیں۔ میں انہیں تسلی دیتی ہوں کہ آپ مت روئیں ابھی بارات تو آئی نہیں پھر میں خود ہی کہتی ہوں معلوم نہیں ابھی تک بارات کیوں نہیں آئی۔ جیسے ہی میں چھت پر جاتی ہوں تو وہیں سے مجھ سے کوئی کہتا ہے کہ آج بارات نہیں آئے گی بلکہ اگلے ہفتے کو آئے گی۔ پھر میری آنکھ کھل گئی۔ (غ۔و۔کراچی)

تعبیر: اللہ آپ کے لیے اچھے رشتہ کا انتظام کرے گا اور ازدواجی زندگی خوشحال ہوگی مگر اس میں کچھ وقت لگے گا یا یوں کہیں کہ کچھ رکاوٹ چل رہی ہے ان شاء اللہ عنقریب دور ہونے کا امکان ہے بشرطیکہ آپ نماز کی پابندی کریں اور کریم آقا کے حضور پیشانی رگڑیں پھر اس کے فضل وکرم کا نظارہ کریں۔ سب بگڑیاں وہی بناتا ہے اس سے ہرگز غافل نہ ہوں ورنہ نقصان اپنا ہے اس کا کچھ نہیں بگڑے گا۔ فقط واللہ اعلم

روشن مستقبل

میں نے دیکھا کہ ایک چاند جیسا بچہ ہے کہ اس کی چار آنکھیں ہیں دو کھلی اور دو بند ہیں۔ میرے پاس ایک لڑکی بیٹھی ہے۔ میں اس سے کہتی ہوں کہ اس بچے کے اوپر کوئی کپڑا ڈال دو تاکہ اسے پرندوں کی نظر نہ لگے لیکن اس نے میری بات نہیں مانی آخر میں نے اس کے اوپر کپڑا ڈال دیا۔ (عنبرین قریشی۔ واہ کینٹ)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اللہ کے لطف وکرم سے آپ کا مستقبل روشن ہوگا اور بہترین شوہر نصیب ہوگا بشرطیکہ آپ درود شریف کثرت سے پڑھیں۔ نیز آپ کو اولاد کی دولت سے بھی مالا مال کیا جائے گا۔ فقط واللہ اعلم

رشتہ ازدواج

میں نے خواب میں دیکھا کہ جو لڑکی مجھے اچھی لگتی ہے میں ان کے گھر جاتا ہوں تو وہ لڑکی آٹا گوندھ رہی ہوتی ہے اور میں اس کے ساتھ بیٹھ کر پیاز چھیلنے لگتا ہوں جو چھلکے آٹے کے اندر جا رہے تھے وہ چھلکے میں آٹے سے نکالتا ہوں اور پھر میں اس میں سے پیاز کے چھلکے کے بجائے ایک موٹی سی ہڈی اور ایک دو کنکر نکالتا ہوں اس لڑکی کے گھر والے اور وہ لڑکی ہنس رہے ہوتے ہیں پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (محمد احمد۔ ڈیرہ اسمٰعیل خان)

تعبیر: آپ کے خواب سے ایسا لگتا ہے کہ آپ دونوں انشاءاللہ رشتہ ازدواج میں منسلک ہو جائیں گے۔ اگرچہ کچھ رکاوٹوں کا اندیشہ ہے لیکن امید ہے وہ رکاوٹیں آپ کی محنت و کوشش سے دور ہو جائیں گی بشرطیکہ اس مہم میں آپ اللہ کی مدد کو ساتھ لیکر چلیں اور نماز میں خوب دل لگائیں چنانچہ آپ سورۃ رحمٰن تلاوت کر کے دعا کریں۔ واللہ اعلم

مالی آسودگی

میں نے دیکھا کہ میں اپنے ملک کا صدر بن گیا ہوں اور پروٹوکول کے ساتھ گھر جاتا ہوں۔ سب سے پہلے اپنے والد محترم کے پاؤں چھوکر انہیں مبارک باد دیتا ہوں اس کے بعد اپنے بزرگ جن کا چند دن پہلے انتقال ہوگیا ہے کے پاؤں چھوکر مبارک باد دیتا ہوں پھر بیدار ہو جاتا ہوں۔ (عبدالماجد۔ احمد پور شرقیہ)

تعبیر: خواب اچھا ہے اور اس بات کی طرف اشارہ ہے کہ آپ پر کوئی مالی پریشانی ہے تو وہ دور ہو جائے گی اور مالی آسودگی نصیب ہوگی نیز قرض سے نجات ہوگی بشرطیکہ آپ سورۃ جمعہ کی پابندی کر کے دعا کیا کریں۔ فقط واللہ اعلم

خوشی کی علامت

میرا چچازاد بھائی مجھ سے شادی کرنا چاہتے ہیں میں نے استخارہ لیا تو استخارہ کے دوران تین خواب دیکھے۔

(1) تین سفید ساڑھیاں نظر آئیں (2) بڑے سے لال کپڑے میں سفید ڈاٹس پڑے ہوئے تھے (3) بہت بڑا کمرہ ہے ایک طرف بہت سی خاندان کی لڑکیاں ہیں دوسری طرف بہت سی چار پائیاں بچھی ہوئی ہیں۔ آخری چار پائی پر میری امی سوئی ہوئی ہیں۔ بیچ کمرے میں کھڑی ہوں۔ ساتھ ہی میرا کزن کھڑا ہے میں نے سفید رنگ کا دوپٹہ اوڑھا ہوا ہے۔ میرا کزن میرے دوپٹے کا ایک پلو پکڑ کر کھینچتا ہے تو ساتھ کھڑی لڑکیاں زور زور سے ہنستی ہیں۔ میں اپنا دوپٹہ چھوڑنے کے لیے بہت اصرار کرتی ہوں لیکن وہ ہنستا رہتا ہے۔ میں کہتی ہوں کہ میں امی سے تمہاری شکایت کروں گی تب بھی وہ بغیر کسی ڈر کے ہنستا رہتا ہے اور دوپٹہ نہیں چھوڑتا میں زور زور سے امی کو آوازیں دیتی ہوں اتنے میں آنکھ کھل جاتی ہے۔ (یاسمین عزیز احمد۔ گجرات)

تعبیر: آپ کے استخارہ کے مطابق یہ رشتہ موزوں ہے اور خیر وخوشی کی علامت ثابت ہوگا البتہ آپ کا کزن اچھا شوہر ثابت ہونے کے ساتھ ساتھ آپ کی بعض خواہشات کا احترام نہ کر کے آپ کو خواہ مخواہ ذہنی اذیت میں مبتلا کرنے کا عادی ہوگا لیکن یہ وجہ رشتہ سے انکار کا سبب نہیں ہوسکتی کیونکہ ہر انسان میں کچھ نہ کچھ تو کمی ہوا ہی کرتی ہے۔ بہرکیف آپ کا یہ کزن اچھا شوہر ثابت ہوگا اور ایسا لگتا ہے کہ یہ شادی ہو کر ہی رہے گی۔ اللہ اس میں خوب خوب برکتیں ڈالے اور ہر طرح سے بدمزگی سے محفوظ رکھے۔ آمین۔ واللہ اعلم

دل سے محبت کرنیوالا شوہر

میں دیکھتی ہوں کہ میرے دانت بظاہر تو ٹھیک ہیں لیکن بہت ہلتے ہیں خصوصاً آگے کے دانت بہت ہل جاتے ہیں اور ان سے خون نکلتا ہے۔ میں روتی ہوں لیکن کوئی بھی میری بات پر توجہ نہیں دیتا حتیٰ کہ امی بھی کہتی ہیں کہ کچھ نہیں ہوا۔ پھر میں پانی منہ میں ڈالتی ہوں مجھے بے حد تکلیف ہوتی ہے میرے دانت تو ٹھیک محسوس ہوتے ہیں لیکن اندر سے ٹوٹ چکے ہیں۔ لیکن باہر بھی نہیں نکلتے۔ (عمارہ سعید۔ گوجرانوالہ)

تعبیر: آپ کے دشمن ناکام ہوں گے اور ان کا حسد وبغض آپ کو کوئی نقصان نہیں پہنچا سکے گا البتہ ان کی طرف سے دی ہوئی تکلیف سے آپ کو کچھ اذیت برداشت کرنا پڑے گی لیکن نتیجہ آپ کے حق میں ہوگا نیز آپ کے استخارے کے مطابق آپ کا کزن اچھا شوہر ثابت ہوگا اور مالی خوشحالی کا ذریعہ بنے گا اور دل سے محبت کرنے والا ہمدم ہوگا۔ واللہ اعلم۔

نکسیر کے لیے آزمودہ: ہیرا کسیس کو باریک پیس لیں اور تھوڑے سے پانی میں اسے حل کر کے ناک میں ٹپکائیں نکسیر بند ہو جائے گی۔

قارئین کے سوال، قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ، کوئی فارمولا آپ ضرور تحریر کریں۔ یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

قارئین گزشتہ سوالات کے جوابات شائع ہو چکے ہیں۔ کچھ جوابات دیر سے موصول ہوئے ہیں۔ جو قارئین کی نذر ہیں۔

لیکوریا سے نجات: میں بھی آپکا رسالہ ''عبقری'' شوق سے پڑھتی ہوں میں نے عبقری کے شمارے میں ایک بچی نازیہ خان کا مسئلہ۔ لیکوریا۔ پڑھا تھا۔ اسکے لئے ایک آزمودہ نسخہ لکھ رہی ہوں۔ جس بہن نے بھی استعمال کیا کامیاب رہا ہے۔ ایک پاؤ بھنے ہوئے کالے چنے۔ ایک پاؤ سمندری جھاگ کو کوٹ کر چھان لیں (یک جان کرکے) کسی صاف کاغذ کی اکتالیس پڑیاں بنالیں۔ صبح نہار منہ ایک پڑیا روز ہمراہ پانی سے پھانک لیں۔ انشاء اللہ کبھی شکایت نہ ہوگی۔ (عطیہ سعید۔ کراچی)

منہ کی بدبو اور دانتوں کی مضبوطی: کے لیے ایک فقیری نسخہ پیش خدمت ہے۔ ''پھٹکری پھول کرکے کسی بڑے منہ کی شیشی میں رکھ لیں۔ اب اس میں شہد اور انگور کا سرکہ دونوں ہم وزن شامل کریں اور اتنا ڈال لیں کہ پیسٹ کی طرح بن جائے دانتوں کے ریخوں میں کسی نرم تنکے سے صفائی کرکے صبح شام پیسٹ لگائیں دس منٹ بعد گرم پانی سے کلی کرلیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ (دعا کی طالب ایک اللہ کی بندی)

مردانہ بیماری کا آسان حل: عبقری کے رسالے میں کسی بھائی نے احتلام کا علاج پوچھا ہے تو جناب کی خدمت میں ایک بہت آسان نسخہ ارسال کرر ہا ہوں۔ بادام کی 5 یا 7 عدد گریاں چھلکا اتار کر باریک پیس لیں اور ایک پاؤ دودھ میں ڈال کر اس کو آگ پر گرم کرکے پی لیں۔ تقریباً ایک پاؤ بادام ضرور استعمال کریں۔ انشاء اللہ احتلام نہیں ہوگا اگر کوئی زیادہ کھا سکے تو بہتر ہے۔ میرا ذاتی آزمایہ ہوا نسخہ ہے۔

(رشید پرویز)

پھلبہری کا علاج: بابچی کو ادرک کے پانی میں بھگو دیں روزانہ ہلاتے رہیں ایک ہفتہ کے بعد باقی پانی نچوڑ لیں اور بابچی کو خشک ہونے دیں۔ بعد میں پیس کر ہموزن چینی ملا دیں۔ روزانہ 1 ماشہ خوراک دن میں تین مرتبہ ترپھلہ کے پانی کے ہمراہ۔ معمولی بیماری میں تو ایک ہفتہ استعمال کریں، کافی ہے۔ بیماری کے مطابق دو تین ماہ تک استعمال کیا جاسکتا ہے۔ **برص کیلئے مالش:** ایک پاؤ سرسوں کا تیل لیکر اس میں ایک چھٹانک بابچی اور ایک چھٹانک چاکسو جلالیں روزانہ مالش کریں۔ اللہ شفا دے گا (عطیہ: محمد لطیف۔ منڈی بہاؤالدین)

اگست 2008 کے سوالات

☆ محمد صدیق گوجرہ سے لکھتے ہیں میرا مسئلہ یہ ہے کہ بیٹھے بیٹھے میرا پورا بدن اکثر سن ہو جاتا ہوں۔ میرا پورا بدن بے حس سا ہو جاتا ہے، دل ڈوب جاتا ہے اور پورا بدن پسینہ پسینہ ہو جاتا ہے۔ کوئی عبقری کا قاری اس کا حل بتائے۔

☆ اگر میں اونچی آواز میں قرآن پاک پڑھوں تو فوراً آواز ٹوٹ جاتی ہے حتیٰ کہ آواز بیٹھ جاتی ہے۔ پانی کا گھونٹ پی لوں تو طبیعت بحال ورنہ پھر ویسا حال ہو جاتا ہے میں کیا کروں؟ (قاریہ عبیدہ شکور۔ نارنگ منڈی)

☆ وقار احمد خٹک راجن پور سے لکھتے ہیں کہ میرے ہونٹ سیاہ ہوگئے ہیں جبکہ باقی جسم بالکل تندرست ہے۔ کئی ٹوٹکے آزمائے ہیں افاقہ نہ ہوا آپ سے کسی علاج کی توقع ہے۔

☆ نور احمد۔ ٹیکسلا: مجھے بیٹھے بیٹھے بغیر کسی وجہ کہ ایک زوردار جھٹکا لگتا ہے اور میرا جسم پہلے اکڑ جاتا ہے پھر آہستہ آہستہ ڈھیلا ہو جاتا ہے۔ کوئی کیا بتاتا ہے اور کوئی جادو بتاتا ہے پریشان ہوں۔ ☆ عائشہ نورین۔ سعودی عرب: ۔ میرے سر میں ماتھے کی طرف ہمیشہ درد رہتا ہے اور یہ درد اتنی شدید ہوتی ہے کہ دیوار سے ٹکریں مارتی ہوں تو کچھ سکون ملتا ہے ورنہ درد والی گولی سے فائدہ نہیں ہوتا۔ 7 سال سے اس اذیت میں مبتلا ہوں۔ ☆ واجد حسین اور لکشمن داس۔ قلات: ۔ ہم دونوں کے قد بہت چھوٹے ہیں لٹکنے کی ورزشیں بھی بہت کی ہیں لیکن کوئی فائدہ نہ ہوا۔ اشتہاری دوائیں بھی کھائیں لیکن بے فائدہ اور بے سود کیا کریں۔ ☆ آصف علی۔ قائم خانی کراچی: ۔ مجھے نظر بد لگ جاتی ہے پھر نظر توڑتا ہوں تو وقتی ورنہ پھر ویسے۔ اس نظر بد کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ ہر کام میں رکاوٹ اور پریشانی اور مرض ہی مرض۔ میں بے بس ہوگیا ہوں۔ ☆ عذرا یونس۔ اوسلو: ۔ میں اکیلی رہ گئی ہوں اولاد چھوڑ گئی ہے بڑی محنت اور مشقت کی لیکن صلہ یہ ملا کہ اولاد اپنے مشاغل میں اور میں بالکل اکیلی۔ رات دن روتی ہوں بیمار پڑ گئی ہوں کوئی پوچھتا نہیں۔ شکر ہے کہ مکان میرے نام ہے ورنہ تو مجھے اس مکان سے آوٹ کردیتے۔ کوئی خاص حل بتائیں۔ ☆ محسن عزیز۔ بہاولپور: ۔ میری بیٹی پیدائشی پاگل ہے۔ اب سولہ سال کی ہے گھر سے باہر نکلنے کی کوشش کرتی ہے۔ عزت کا مسئلہ ہے بہت علاج کرائے لیکن بے فائدہ۔ بے بس ہوگیا ہوں۔ موت آجائے یا تندرست ہو جائے۔

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 20

(ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

طائف کے واقعہ میں آپ ﷺ کو کس قدر تکلیف اٹھانا پڑی لیکن پیغمبر اسلام ﷺ جو رحمتہ اللعالمین ہیں، نے بجائے ان لوگوں کے لیے بددعا کرنیکے اس طرح دعا کی ''الٰہی پھول برسا پتھروں والی زمینوں پر''

ایک مرتبہ مکہ مکرمہ میں زبردست قحط پڑا۔ لوگوں نے ہڈیاں اور چمڑے کھانے شروع کردیئے اور بقول شیخ سعدی ''یاراں فراموش کردند عشق'' اس زمانہ میں ابوسفیان ابھی حلقہ بگوش اسلام نہ ہوئے تھے۔ وہ آپ ﷺ کی خدمت اقدس میں حاضر ہوئے۔ اور کہا: ''محمد ﷺ! تم لوگوں کو صلہ رحمی کی تعلیم دیتے ہو۔ خود تمہاری قوم ہلاک ہو رہی ہے۔ اپنے خدا سے دعا کیوں نہیں کرتے۔ ابوسفیان اس وقت دشمن رسول ﷺ اور دشمن اسلام تھا۔ کوئی اور ہوتا تو ابوسفیان کو دھتکار دیتا کہ تم نے کون سا نیک سلوک میرے ساتھ کیا ہے۔ پھر خود مشرکین مکہ کی ایذا رسانی اور اذیتیں انسانیت کی حدود کو پھلانگ گئی تھیں لیکن نبی رحمت ﷺ نے ابوسفیان کی بات سن کر فوراً دعا کے لیے ہاتھ اٹھے۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے محبوب ﷺ کے اٹھے ہوئے ہاتھوں کو خالی واپس لوٹانا پسند نہ فرمایا۔ دعا قبول ہوئی اور اس قدر مینہ برسا کہ قحط دور ہوگیا۔

ایک مرتبہ ایک کافر آپ ﷺ کے ہاں مہمان ٹھہرا۔ رات کو سوتے ہوئے اس کے پیٹ میں کچھ گڑبڑ ہوگئی اور بستر ہی پر پاخانہ نکل گیا۔ صبح کو شرمندگی کے باعث آپ ﷺ کے تشریف لانے سے پہلے ہی وہ اٹھ کر چلا گیا۔ راستہ میں یاد آیا کہ جلدی میں وہ اپنی تلوار وہیں بھول آیا ہے۔ تلوار لینے کے لیے واپس آیا تو کیا دیکھتا ہے کہ سرور کائنات، فخر موجودات ﷺ خود بستر کو دھو رہے ہیں۔ صحابہ کرامؓ دوڑے اور عرض کرنے لگے: ''یارسول اللہ ﷺ!

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

تکلیف میں خوشی: اپنے بھائی کی تکلیف پر خوشی کا اظہار نہ کر کہیں ایسا نہ ہو کہ خدا تعالیٰ اسے آرام دے اور تجھے دکھ میں مبتلا کردے۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

امانتیں لُٹا رہا ہوں ہے کوئی لوٹنے والا

عمر رسیدہ اور مزدور آدمیوں کے لیے تحفہ:
اسگند ناگوری، بدھارا، کھٹہ شریں، ہموزن صبح وشام ایک چمچہ چھوٹا نیم گرم دودھ کے ہمراہ اعصابی کمزوری، پٹھوں کے کھچاؤ کے لیے دیا۔ یہ جسم میں ایک دم کرنٹ لگا دیتا ہے۔ عمر رسیدہ اور مزدور آدمیوں کو دیا جو دن رات مشقت کرتے ہیں۔ ان کے لیے لاجواب ہے۔ بوڑھوں کیلئے سردی کا موسم لاجواب گزرتا ہے۔ کمر درد۔ جوڑوں کا درد اعصابی کھچاؤ کے لیے لاجواب ہے۔ گنتی یاد نہیں بے شمار لوگوں کو استعمال کرایا نہایت فائدہ مند ثابت ہوا۔ 15-20 سال سے لوگوں کو دے رہا ہوں۔

یورک ایسڈ اور دردوں سے نجات:
سونف، ملٹھی اور سورنجاں شریں کو ہموزن یورک ایسڈ معدے کے لیے قبض کے لیے صبح، دوپہر، شام ایک ایک چمچہ چھوٹا دودھ نیم گرم کے ہمراہ۔ گھٹنوں کے درد، کمر اور جوڑوں کے درد خاص طور پر معدے اور یورک ایسڈ کے مریضوں کے لیے یکساں مفید۔ ایسے بہت سے مریض جنہوں نے بے شمار ادویات کھائیں لیکن اندر کی تپش ختم نہیں ہوئی۔ سیاہ چہرہ جلا ہوا جسم 20-15 دن میں بالکل تندرست ہوگیا۔ تقریباً دو سال سے کئی لوگوں کو دیا بہت نفع مند ثابت ہوا۔

مردوں اور عورتوں کی پوشیدہ بیماریوں کا کامیاب علاج:
بکھڑا 200 گرام، پھٹکڑی سفید 50 گرام پیس کر صبح وشام کچی لسی دودھ والی میں نمک ڈال کر ایک ایک چمچہ لیں۔ جریان لیکوریا، گرمی سے پیشاب کی جلن، کثرت احتلام عورتوں مردوں کے لیے یکساں مفید۔ ایسے ایسے لاعلاج مریض تندرست ہوئے کہ بے شمار ادویات کھائیں مگر افاقہ نہ ہوا۔ عورتوں کا لیکوریا ختم ہو جاتا ہے، بھوک بہت لگتی ہے۔ دو یا تین سال سے استعمال کر رہا ہوں۔

سوزاک کا علاج ممکن ہے:
سوزاک کے لیے حکیم ہری چند ملتانی کی کتاب تاج المجربات سے ایک نسخہ لیا۔ جو کھار، قلمی شورہ، ریوند چینی، ہموزن لیکر آپس میں ملا لیں۔ خوراک مقدار ڈیڑھ گرام صبح وشام شربت صندل کے ساتھ دیں۔ سوزاک کے لیے لاجواب چیز ہے۔ چند دنوں میں مریض تندرست ہو جاتا ہے شربت صندل خالص ہو بلکہ خود تیار کرلیں۔ ایک مریض جو لاعلاج تھا۔ اس کو یہ والا نسخہ استعمال کروایا۔ ابھی ایک ماہ قبل اللہ پاک نے اسے بیٹا دیا ہے۔

دانت درد کا مجرب اور آسان ٹوٹکہ:
ایک گاہک نے مجھے یہ نسخہ دیا۔ دانت درد کے لیے یا دانت ہلتے ہوں۔ 5-6 ماہ قبل دیا۔ ڈراپر میں ڈال کر دیتے اور روئی پر ڈال کر درد والی جگہ پر لگاتے ہیں۔ وہ بھی تندرست ہوگئے جو دانت کے نیچے کوئی چند چبا ہی نہیں سکتے تھے۔ سپرٹ میتھی لیٹڈ جو عام طور پر زخموں پر اور پالش برائے فرنیچر کے لیے استعمال ہوتا ہے 50 گرام اور ست اجوائن 5 گرام ملا کر محفوظ رکھیں اور ضرورت کے وقت استعمال کریں۔ جس صاحب نے یہ نسخہ دیا اس نے کہا 35 سال سے اعتماد کے ساتھ استعمال کر رہا ہوں۔

جریان قابل علاج ہے:
یہ نسخہ بھی ہری چند کی کتاب سے لکھا لیکن کچھ اضافہ کیا۔ نسخہ یہ ہے۔ بھنڈی کے بیج تخم سروالی یا سلارہ گوند کیکر، پھلی کیکر، موچرس، چینی سب برابر وزن پیس کر ایک چمچہ صبح وشام دودھ کے ہمراہ دیں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔ ایک نوجوان نے بتایا کہ 10 ماہ جریان کا علاج کروایا۔ رتی برابر فرق نہیں پڑا۔ اس کو یہ نسخہ ایک ماہ استعمال کروایا۔ کچھ عرصہ کے بعد ملاقات ہوئی تو اس نے کہا کہ ایسے ہے جیسے زندگی میں جریان نہیں ہوا۔ بہت سے لوگوں کو دیا سب نے مثبت رپورٹ دی۔ لیکوریا، سرعت انزال اور رقت والوں کو بھی دیا سب کو نفع ہوا۔

ڈسٹ الرجی سے نجات:
یہ نسخہ اپنی بیوی کو دیا۔ اس کو چھینکیں نہیں رکتی تھی پھر کبھی چھینک نہ سنی۔ کھٹہ شریں 1 کلو۔ کلونجی 250 گرام۔ ہالیہ 100 گرام۔ کاسنی 50 گرام۔ میتھرے 50 گرام۔ یہ نبوی ﷺ نسخہ ہے ایک چمچہ صبح وشام بلغم، ڈسٹ الرجی اور نزلہ زکام میں بھی مفید ہے۔ اعصابی کمزوری کے لیے فائدہ مند ہے۔ کزن کی چچی کا بھی یہ حال تھا کہ اس کو نزلہ اور چھینکیں ہر وقت آتی تھیں اس کو بھی یہی نسخہ 2 ماہ تک استعمال کرایا، سال ہوگیا پھر یہ تکلیف نہیں ہوئی۔

اعصابی طاقت کیلئے یہ نبوی ﷺ نسخہ ہے:
کٹھہ شریں 750 گرام۔ کلونجی 250 گرام۔ ہالیہ 200 گرام۔ ماتھر 60 گرام کوٹ پیس لیں۔ خوراک استعمال ایک چھوٹا چمچہ 3 بار دن میں استعمال کریں اعصاب کی طاقت کیلئے نہایت مفید ہے۔
(عطیہ: خالد صاحب اردو بازار۔ لاہور)

صدر ضیاء الحق کے ذاتی معالج
میری عمر 80 سال ہے۔ ریٹائرڈ زندگی گزار رہا ہوں۔ صحت اللہ کے فضل وکرم سے ٹھیک ہے۔ کوئی عارضہ نہیں ہے آپکے رسالہ کیلئے ایک تجربہ لکھ رہا ہوں شاید کسی کا بھلا ہو جائے۔ آج سے 23 سالہ پہلے میرے پیٹ میں درد ہوا۔ سی ایم ایچ راولپنڈی کے ڈاکٹر نے مجھے 5 دن کی دوا دی۔ ایک خوراک لینے سے معدہ ہانڈی کی طرح ابلنے لگا اور مجھے جلاب آنے شروع ہوگئے۔ دو دن ایسی حالت رہی پھر میں نے محلے کے ڈاکٹر سے ڈرپ لگوائی اور جلاب بند ہوئے لیکن اس کے بعد میرے معدہ کا فعل بند ہوگیا اور پانچ سال نشاستہ دار غذا یعنی روٹی چاول نہ کھا سکا۔ میں نے علاج کیلئے صدر ضیا کے ذاتی ڈاکٹر سے رجوع کیا۔ چھ ماہ علاج سی ایم ایچ سے کرایا مگر تکلیف بدستور رہی یعنی روٹی یا چاول کھانے کے بعد منہ سے سفیدی مائل پانی آتا اور منہ کا ذائقہ خراب رہتا۔ میں نے ہر اچھے حکیم، ہومیو پیتھک اور ڈاکٹر سے علاج کروایا مگر کوئی فائدہ نہ ہوا۔ عرصہ پانچ سال تک روٹی نہ کھا سکا صرف دودھ پر گزارہ کیا۔ ایک دن ایک بزرگ مل گئے انہوں نے چنے اور امرود کھانے کا مشورہ دیا۔ ہاں حکیم ڈاکٹر دونوں کی رائے تھی کہ معدہ میں تیزابیت ہے خیر چنے کھانے سے معمولی فائدہ ہوا لیکن امرود صرف تین دن پاؤ بھر کھائے کہ یہ بیماری بالکل ختم ہوگئی اور میں نے 5 سال بعد روٹی کھائی اور اللہ کا شکر ادا کیا تب سے قدرتی علاج اور جڑی بوٹیوں سے دلچسپی ہے۔ (مرسلہ: محمد ایوب۔ راولپنڈی)

عذاب قبر سے امن:
میت کو دفن کرتے وقت جو مٹی قبر کی کھدائی میں اندر سے نکلتی ہو اسی مٹی کو ہاتھ میں لیکر سات بار سورۃ القدر پڑھ کر دم کریں اور پھر وہ مٹی میت کے پاس اس لحد میں رکھ دیں۔ ان شاء اللہ تعالیٰ وہ میت عذاب قبر سے محفوظ و مامون ہوگی۔

سختی قبر:۔ (1) شب جمعہ بعد نماز عشاء دو رکعت نماز (بہ نیت نجات سختی قبر) پڑھیں۔ ہر رکعت میں بعد سورہ فاتحہ کے سورۃ الزلزال پندرہ پندرہ مرتبہ پڑھنی ہے۔ اگر سورۃ الزلزال زبانی یاد نہ ہو تو ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ اخلاص

پندرہ پندرہ مرتبہ پڑھ سکتے ہیں۔ پروردگار عالم ہر جمعہ کی شب اس نماز کے پڑھنے والے کو اس کے انتقال کے بعد عذاب قبر سے نجات دے کر سختی کو رفع کرے گا (ان شاء اللہ تعالیٰ)۔

(2) ہر نماز کے بعد روزانہ تین مرتبہ ذیل کے کلمات پڑھیں۔

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ o بِسۡمِ اللّٰهِ وَعَلٰى مِلَّةِ رَسُوۡلِ اللّٰهِ

ان شاء اللہ تعالیٰ: ان کلمات کے پڑھنے والے پر سے اللہ پاک عذاب قبر، تنگی گور اور تاریکی قبر کو رفع کردے گا۔

(3) بعد نماز عشاء ہر شب کو ایک مرتبہ سورہ ملک اور تین مرتبہ سورہ التکاثر پڑھنے سے اللہ پاک اسے عذاب قبر و دوزخ سے نجات دے گا انشاء اللہ تعالیٰ (مرسلہ: خ۔ا، گوجرانوالہ)

میرا نزلہ عبقری سے درست ہوا:

مجھے نزلہ رہتا تھا بلکہ اب تو بہت کم ہوتا ہے کیونکہ آپ کے رسالے عبقری میں میں نے شہد اور ادرک کا قہوہ پڑھا تھا وہی علاج کرتی ہوں الحمدُ للّٰہ بہت فرق پڑا ہے۔

اللہ تعالیٰ ''عبقری'' رسالے کو ترقی عطا فرمائیں (آمین ثمہ آمین) اور ایک آزمایا ہوا علاج لکھ رہی ہوں ہوسکے تو عبقری میں شائع کردیجئے شاید کسی پریشان حال بیمار کو شفا مل جائے۔ کچھ سال پہلے کی بات ہے کہ چونکہ مجھے نزلہ ہی رہتا تھا تو میرا گلا آگے کی طرف سے بڑھنے لگا۔ زیادہ نہیں بڑھا تھا۔ بار بار ڈاکٹر کے پاس جانا پڑتا تھا میں بہت پریشان تھی ڈاکٹر کہتے تھے کہ آپریشن ہوگا کیونکہ تھائی رائیڈ گلینڈز کا مسئلہ ہے۔ مگر میں بہت پریشان تھی۔ ایک دن یونہی ایک ڈاکٹر کو دکھایا تو انہوں نے کہا کہ ابھی تو ابتداء ہے آپریشن نہ کرواؤ بلکہ ایسا کرو کہ ایک کچی پیاز بغیر دھوئے کاٹ کر کھانے کے ساتھ روزانہ دوپہر کے وقت استعمال کرو۔ میں نے ویسا ہی کیا اور تیسرا مہینہ پیاز کھاتے نہ گزرا تھا کہ گلا بالکل ٹھیک ہوکر اپنی اصلی حالت پر آ گیا۔

(مرسلہ: مبینہ عبدالسلام صدیقی۔ لطیف آباد حیدرآباد)

مختصر آیت سے درد گردہ سے نجات:

اَللّٰهُ نُوۡرُ السَّمٰوٰتِ وَالۡاَرۡضِ (سورۂ نور آیت نمبر 35) کا عمل گردوں کی درد کیلئے مفید ہے۔ یہ آیت ہر نماز کے بعد سات دفعہ پڑھنی ہے۔ بھائی قاسم کے گردے میں درد ہوتی تھی۔ اس نے یہ عمل کیا اس کا درد ہٹ گیا۔ پھر میں نے بھی اس عمل کا تجربہ کیا تو مجھے بھی شفا ہوئی۔ میرا ایک دوست الائیڈ ہسپتال میں داخل تھا اس کے گردے میں 19 پتھریاں تھیں۔ اس کو بہت تکلیف تھی میں نے اسکو یہ عمل بتایا۔ اس نے وہ عمل کیا اور کہنے لگا کہ میرا آپریشن کئی دن بعد ہوا لیکن جب سے میں نے یہ عمل کیا میرا درد رک گیا۔

حضور ﷺ کی زیارت کا آسان عمل:

(2) آپ نے ایک درود شریف والا عمل بتایا تھا۔ درود شریف یہ تھا (صَلَّى اللّٰهُ عَلٰى مُحَمَّدٍ) شروع شروع میں میں نے اس کو بہت پڑھا تو مجھے حضور ﷺ کی زیارت نصیب ہوئی اور حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ بھی ساتھ تھے۔

(مرسلہ: محمد عاصم۔ جہانیاں)

مرض بواسیر کا ایک مجرب نسخہ:

یہ نسخہ ایک بوڑھے شخص نے بتایا ہے (مجھے نہیں بتایا)۔ آپس میں باتیں کررہے تھے، میں نے نوٹ کیا۔ امید ہے قارئین اس سے فائدہ اٹھا کر ہمیں دعاؤں میں یاد رکھیں گے۔

نسخہ: اندرائن بڑے دو تین عدد، ہریرہ زرد حسب ضرورت

ترکیب: اندرائن کو اسطرح کاٹ دے کہ درمیان میں سے خالی کرسکے اور بعد ہریرہ زرد جتنا آسکے ڈال دے اور اندرائن کا کاٹا ہوا ٹکڑا واپس چسپا دیں۔ کسی ربڑ سے مضبوطی سے باندھ لیں اور کسی دیگچی میں خوب ابال لیں۔ تاکہ اندرائن کی کڑواہٹ ہریرہ زرد میں آجائے اور ہریرہ زرد کو تھال میں نکال کر خشک کرلیں اور خوب پیس لیں اور صبح شام آدھا چمچ چائے والا کھانا کھانے کے بعد کھالیا کریں چند دن چاول بڑا گوشت وغیرہ سے پرہیز کریں۔ اس شخص کا کہنا ہے کہ اس میں جان بوجھ کر وہ چیزیں کھائی جس سے بواسیر میں پرہیز ضروری ہوتا ہے لیکن الحمدللہ کچھ نقصان نہیں ہوا۔ (مرسلہ: ایم صادق کاکڑ، دکی بلوچستان)

آب شفاء خیر و برکت

1۔ برتن میں پانی ڈالیں اور مندرجہ ذیل وظیفہ پڑھ کر اپنے ہاتھوں پر پھونک کر اپنے جسم کو مساج کریں اور پانی پر پھونک ماریں۔ ضرورت کے مطابق پانی ڈالیں اور تین گھونٹ میں پانی پئیں۔ اس پانی میں کوئی دوسرا پانی نہیں ڈالنا، بلکہ ختم ہونے پر نیا پانی تیار کریں، انشاء اللہ پریشانی، ذہانت، رزق کی کمی کے لیے لاجواب ہے۔ تعویز، دھاگہ، آسیب، نحوست کے خاتمہ اور صحت وتندرستی کیلئے مفید ہے۔

3 بار اَعُوۡذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيۡطٰنِ الرَّجِيۡمِ، 3 بار بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ، 3 بار درود پاک (ابراہیمی)، 3 بار آیت الکرسی، ہر ایک میں سات بار **وَلَا يَئُوۡدُهٗ حِفۡظُهُمَا وَهُوَ الۡعَلِيُّ الۡعَظِيۡمُ** (سورۂ بقرہ آیت نمبر 255)

11 مرتبہ **سَلٰمٌ قَوۡلًا مِّنۡ رَّبٍّ رَّحِيۡمٍ** (سورۂ یسین آیت نمبر 58) تین مرتبہ ہر ایک قل 3 مرتبہ تیسرا کلمہ، 3 مرتبہ دوسرا کلمہ، 3 مرتبہ پہلا کلمہ، 3 مرتبہ الحمد شریف۔ 11 مرتبہ درود وسلام اور برکت (لامحدود)

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمۡ وَبَارِکۡ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى آلِ مُحَمَّدٍ بِعَدَدِ کُلِّ مَعۡلُوۡمٍ لَّکَ دَائِمًا اَبَدًا

اے اللہ جل شانہ تو محمد ﷺ اور محمد ﷺ کی آل پر ہمیشہ ہمیشہ کیلئے اتنی تعداد میں درود وسلام اور برکت بھیج بارہ جتنا کہ تیرا علم ہے۔ 313 یا 101 دفعہ پڑھ کر ضرور سوئیں یہ زندگی میں ایک دفعہ ہی پڑھنا کافی ہے کیونکہ یہ درود وسلام اور برکت لامحدود ہے۔ (مرسلہ: رانا ذوالفقار علی۔ راولپنڈی)

زچگی اور سورۃ یٰسین کے شفائی اثرات:

زچگی کے موقعہ پر سورۃ یٰسین پڑھ کر دم کرکے پلانے سے زچہ کو عافیت سے فراغت کے بہت سے واقعات سنے بھی اور خود کو بھی پیش آئے۔ دو واقعات جو مجھے خود پیش آئے عرض کرتا ہوں۔

ایک دن میں گھر آیا تو اہلیہ نے کہا کا اقبال (ہمسایہ) کی بیگم کا آپریشن ہے پتہ کر آئیں۔ میں نے حیرانی سے پوچھا ''آپریشن''؟ کس چیز کا؟ اہلیہ نے بتایا کہ ڈلیوری کیس ہے۔ میں اور بھی حیران ہوا اس کے پانچ بچے ہیں۔ بڑا بیٹا نہم کلاس میں ہے اور باقی بچے بھی سکول جارہے ہیں۔ پہلی ڈلیوری تو پر تو بعض خواتین کو مسئلہ پیش آتا ہے۔ خیر میں حیران سا ہوکر گھر سے نکلا۔ راستہ میں مسجد کے قاری صاحب مل گئے ان کو قصہ بتایا تو وہ بھی ہمراہ ہولیے۔ ہسپتال پہنچے تو اقبال صاحب تو نہ ملے مشورہ کرکے ان کی چھوٹی بچی سے ایک پیالی میں پانی منگوایا۔ میں نے اور قاری صاحب نے سورۃ یٰسین پڑھ کر پانی پر دم کرکے دیا اور کہا کہ ابھی جاکر انہیں پلاؤ۔ اللہ پاک کا ایسا کرم ہوا کہ پندرہ منٹ میں ہی نارمل ڈلیوری ہوگئی۔ لیڈی ڈاکٹر نصف گھنٹہ بعد آئی تو بہت حیران ہوئی۔ بے شک اللہ کے پاک کلام میں بہت برکت ہے اس کیس کیلئے 27000 روپے کی فیس طے ہوئی تھی۔

(2) اس طرح ایک روز اہلیہ نے فون کیا کہ جلد گھر آئیں میں گھبرا کر گھر کی طرف لپکا۔ پہنچ کر معلوم ہوا کہ محلے میں ملنے والوں کی بچی (جسکی پچھلے سال ہی شادی ہوئی تھی) زچگی میں بہت تکلیف میں ہے۔ میں نے فوراً وضو کیا، دو رکعت نماز نفل پڑھ کر سورۃ یٰسین پڑھ کر چینی پر دم کیا اور بچی کو کھلانے کو کہا۔ اللہ پاک نے فضل فرمایا اور بچی کو چند منٹوں کے بعد فراغت عطا فرمائی۔ (مرسلہ: بھائی محمد منصور، لاہور)

خشک کھانسی کے لیے ٹوٹکہ آزمائیں: خشک کھانسی میں کیلے اور کھجور کو مکھن میں پیس کر کھانا مفید ہے۔ بادام بھی نافع ہے۔

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

حضرت منگل کے درس میں باقاعدگی سے حاضری ہوتی ہوں اور اس درس اور دعا کی برکت سے میرے سارے دنیاوی کام ہوئے اور رکاوٹیں دور ہوئیں۔ سکون ملا، عزتیں ملیں۔ رزق میں برکت ہوئی۔ اللہ تعالیٰ نے ہر طرح سے راستے کھولے۔ دوسرا حضرت میں نے اپنے اللہ سے بہت باتیں کیں۔ صبح کے وقت یا تنہائی کے لمحات کی اب سمجھ آئی۔ ان لمحات میں میرا دل دعائیں مانگنا شروع کر دیتا ہے۔ حضرت آپ نے مجھ گنہگار سے رشتہ جوڑا اللہ آپ کو اپنا محبوب بنالیں اور اللہ کی محبت کے لیے مجھے آپ کی زیارت اور محبت میسر ہو۔ (آمین ثم آمین) میری غیر حاضری میری بہت کوتاہی ہے۔ حضرت میں اللہ کی محبت چاہتی ہوں۔ حضرت خدا کی قسم دین کی سمجھ اب آئی ہے۔ مگر ابھی میں اس زینے پر نہیں چڑھی، تمنا بہت ہے۔ حضرت میرے معمولات میں فجر کی نماز کے بعد سورۂ یسٰین اور سورۂ مزمل ہے۔ کثرت سے استغفار ہے اور اپنے رب سے رو رو کر باتیں ہیں۔ دعا میں بھی رونا آتا ہے۔ عصر کے بعد سورۂ واقعہ اور سورۂ رحمٰن۔ عشاء کے بعد 3 تسبیح اور سورۂ الملک اور دعائے حاجات۔ اس کے علاوہ دو انمول خزانے میں نمبر 1 وظیفہ ہر نماز کے بعد اکثر خود بخود بھی زبان پر آجاتا ہے۔ وہ مجھے بہت سکون دیتا ہے۔ عرصہ چار سال سے پڑھ رہی ہوں۔ دو ماہ سے روزانہ حاجت کے نفل شروع کیے ہوتے ہیں۔ گھر کے سارے کام، بچی کا پڑھانا، ابھی تک خود کر رہی ہوں۔

علی کے جانے کے بعد پریشانی ہوئی کہ منگل میں کیسے آؤں گی۔ اپنے رب سے آسانی کی دعا مانگی اور قبول ہوئی۔ حضرت میری کوئی محنت اور کمال نہیں مگر دل بار بار گواہی دیتا ہے آپ کی دعاؤں نے میرے مقدر کو جگا دیا۔ میری زندگی اور میرے دل کی کیفیت بدل گئی۔ شادی ہوئی، بچے ہوئے، پڑھائی کی، پریکٹس کی، مگر دل سے یہی آواز آتی تھی کہ اتنی تبدیلیوں کے باوجود زندگی میں تبدیلی کیوں نہیں آئی۔ آپ کی دعاؤں اور آپ کی راہنمائی اور تربیت سے میری عزت میں اضافہ ہوا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

جہنم کی آگ سے نجات

رو رو کر اللہ کے حضور دعا مانگیں اس دوران جو آنسو نکلیں ان کو اس آگ پر لگائیں۔ اس سے آگ کی تپش ختم ہوگی۔

(تحریر: غلام مصطفٰے۔ مظفر گڑھ)

کسی جگہ مکافات عمل کے حوالے سے نسیم جاوید صاحب کا مضمون پڑھا مجھے یاد آیا قاری محمد حنیف ملتانی ؒ کی ایک تقریر کیسٹ میں نے سنی تھی آپ فرما رہے تھے ایک آدمی شاہ عبدالعزیز محدث دہلویؒ کے پاس آیا کہنے لگا حضرت میرے دو انگلیوں اور ایک انگوٹھے میں آگ ہے۔ حضرت نے کچھ پڑھ کر دم کیا پوچھا کوئی فرق ہے۔ اس نے کہا حضرت ویسے ہی ہے حضرت نے تین مرتبہ ایسا کیا پھر پوچھا کیا حال ہے اس شخص نے جواب دیا حضرت جوں کا توں ہے۔ تو پھر شاہ صاحب فرمانے لگے ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے جہنم کی آگ لگی ہے۔ وہ آدمی بولا حضرت یہ سچ ہے پھر اس شخص نے قصہ بیان کیا ہم تین بہن بھائی تھے۔ ہمارا والد بہت بخیل تھا وہ مر گیا، ہم نے غصہ میں آکر اس کی وہ دولت اپنے باپ کے ساتھ دفن کر دی۔ اس وقت سکہ ہوتا تھا نوٹ نہیں تھے۔ کچھ دن بعد ہمیں خیال آیا باپ تو مر گیا اب دولت ہمارے کام آئے گی۔ ہم رات کے وقت بستی سے باہر قبرستان چلے گئے والد کی قبر کھولی میں قبر کے اندر چلا گیا دیکھتا ہوں وہ دولت میرے باپ کے جسم کے ساتھ چمٹی ہوئی ہے۔ میں کھینچنے لگا تو بے حال ہوگیا۔ ہم بھائی قبر بند کر کے واپس گئے۔ شاہ صاحبؒ نے فرمایا کہ جہنم کی آگ کو آنکھ کا پانی ہی ٹھنڈا کر سکتا ہے۔ آپ صلوۃ حاجت پڑھیں اور رو رو کر اللہ کے حضور دعا مانگیں اس دوران جو آنسو نکلیں ان کو اس آگ پر لگائیں۔ اس سے یہ آگ کی تپش ختم ہوگی۔

(بقیہ: بزرگ کی کرامت یا پانی میں شفا)

وہ صاحب: وعلیکم السلام ورحمۃ اللہ۔ میں: جناب عالی میرے سر میں درد کبھی کبھی ہو جاتا ہے جو کہ آدھے سر کا درد یا درد شقیقہ کہلاتا ہے۔
وہ صاحب: اچھا؟............اب ہے؟ میں: نہیں اب تو نہیں ہے۔
وہ دن اور آج کا دن، اس شام سے اور ابھی تک پھر کبھی بھی وہ درد نہیں ہوا۔ حیرانگی کی بات تو ہے ہی کہ اگر کوئی ہپناٹائز کرنا چاہے تو عامل اور معمول آمنے سامنے ہوتے ہیں جبکہ نہ عامل اور معمول موجود صرف اور صرف رابطہ ٹیلیفون سے ہوا۔

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کر دی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

مجذوبی مرکزِ روحانیت و امن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنٰی اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

اکرام الحق، کینیڈا۔ شاہدہ، نواب شاہ۔ محمد عمر، اسلام آباد۔ فضل الرحمٰن، دبئی۔ حاجی چراغ دین، گوجرانوالہ۔ قمر الزمان عباسی، راولپنڈی۔ ناہید پروین، بحرین۔ جنید، کراچی۔ شہر بانو، ڈاڈر مانسہرہ۔ بابر بٹ، مظفر آباد۔ نیاز اللہ، کراچی۔ رخسانہ، راجن پور۔ رشید پرویز، حضرو۔ مسز صدیق۔ عظمت علی، سمہ سٹہ۔ مسز رشید الدین ڈار۔ آسیہ۔ پروین۔ عرفانہ۔ غلام مرتضے، پنو عاقل۔ مسز فیضان سید صاحب۔ زبیر وھاب، سوڈان۔ ادریس صاحب۔ محمد عثمان فاروق۔ محمد فاروق ریاض۔ عدنان فاروق۔ غلام رسول، ملتان۔ محمد نواز، ملتان۔ عدنان یوسف، فرانس۔ خورشید اختر، لاہور۔ رابعہ زبیر، سوڈان۔ شاہین، انگلینڈ۔ ارشادی بیگم، کراچی۔ عامر صاحب، لاہور۔ منصور احمد، سیالکوٹ۔ محمد عرفان، لاہور۔ محمد کامران، لاہور۔ ڈاکٹر محسن، دوبئی۔ امتیاز صاحب، کراچی۔ خورشید اختر صاحب۔ رابعہ زبیر، سوڈان۔ محمد عامر، دوبئی۔ اکمل فاروق، سرگودھا۔ رشید احمد، قصور۔ زجین منصور خان، دریا خان۔ ہما، کامونکی۔ سارا خان، گوجر خان۔ عبدالاحد، جھنگ۔ سلمان، اٹک۔ جاویدٗ اختر، لاہور۔ محمد اقبال عثمانی، حویلی لال خان۔ سعدیہ، پشاور۔ ایک اسلامی بہن، کراچی۔ محمد سعید، ڈیرہ اسماعیل خان۔ محمد نواز، ملتان۔ راحت شاہین، سرگودھا۔ صدیق پرویز اعوان، لاہور کینٹ۔ محمد آصف، سندھ۔ فیضی، سرگودھا۔ نجم الدین، اٹک۔ محمد حنیف، ہارون آباد۔ محمد یعقوب بھٹی، راولپنڈی۔ محمد حنیف، ملتان۔ مسز خالد رشید، احمد پور شرقیہ۔ محمد اشرف بیگ، ہری پور۔ شاہد حسین، اوچ شریف۔ فریحہ، بھکر۔ محمد صادق، شجاع آباد۔ عزیز الدین، مردان۔ حضور بخش، ڈیرہ غازی خان۔ عزیز الرحمٰن عزیز، کرم پور۔ سرور زمان، لکی مروت۔ محمد لطیف۔ محمد عزیز۔ کامران۔ واسع الزمان۔ اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکے۔

لاغری میں مفید غذائیں: انڈا اور گوشت کھانا مفید ہے۔ خصوصاً انڈا زیادہ فائدہ مند ہے۔

رعشہ اور اعصابی مرض کا خاتمہ

آپ یا کسی عزیز کو خدانخواستہ رعشے کا مرض لاحق ہو، تو یہ ٹوٹکا ضرور آزمائیں۔ شفا مل جائے تو راقم کے لیے دعائے خیر کر دیں۔ شفا من جانب اللہ

ھوالشافی: ایک جگنو زندہ یا مردہ، چار عدد بھنے ہوئے چنے، ایک عدد منقیٰ ذرا موٹا لے کر یہ اشیاء کھرل کرلیں۔ پھر آمیز ے کی چار گولیاں بنالیں۔ ہفتے میں ایک گولی نیم گرم دودھ سے لینی ہے، کھانا کھانے کے بعد۔ پھر دوسری گولی دوسرے ہفتے کھانی ہے۔ پھر تیسری گولی تیسرے ہفتے اور چوتھی گولی چوتھے ہفتے۔ ان شاء اللہ چوتھی گولی کھانے کی نوبت نہیں آئے گی اور اللہ پاک اپنا فضل کردیں گے۔ اگر مرض بہت زیادہ پرانا ہو اور چار گولیوں سے آرام نہ آئے تو دو ماہ کے وقفے سے چار گولیاں پرانے طریقے سے دوبارہ استعمال کریں۔ ان شاء اللہ بفضلِ تعالیٰ مرض ٹھیک ہوجائے گا۔

(مرسلہ: زاہدہ رحمٰن خان۔ چنیوٹ)

(بقیہ: پیاز سے مختلف بیماریوں کا خاتمہ)

ہفتہ متواتر پلائیں اور حالت دورہ میں آب پیاز کے دو قطرے ناک میں ٹپکانے سے دورہ ختم ہوجائے گا۔ جوؤں کے خاتمے کے لیے پیاز کا لیپ کریں۔ کان درد، میل اور ثقل سماعت کے لیے آب پیاز نیم گرم کرکے 3،3 قطرے کان میں ڈالیں۔ نکسیر کے تدارک کے لیے 2،2 قطرے ناک میں ٹپکائیں۔ ہاضمہ کی خرابی، اپھارہ اور بھوک کی کمی کے خاتمہ کے لیے، پیاز، پودینہ، انار، کشنیز، سبز زیرہ، سفید اور کالی مرچ تھوڑی تھوڑی لے کر چٹنی بنا کر کھائیں۔

ہیضہ میں آب پیاز 50 گرام، پودینہ 4 گرام، کافور 12 گرام، ملا کر محلول تیار کرلیں اور مریض کو آدھے گھنٹے کے وقفہ سے 2،2 چمچ پلائیں۔ پیاز گھوٹ کر دس گرام ہمراہ دہی ایک پاؤ کھلانے سے خونی پیچش ختم ہو جاتے ہیں۔ پیاز دھو کر نمک لگا کر کھانے سے ہچکی ختم ہو جاتی ہے۔ چند روز کے استعمال سے ہچکی ہمیشہ کے لیے ختم ہو جاتی ہے۔ گردہ، مثانہ کی پتھری کے لیے آب پیاز 30 گرام تازہ پانی ملا کر پلائیں۔ ان شاء اللہ پتھری ریزہ ریزہ ہو کر نکل آئے گی۔ نفسیاتی مریض کو اگر آب پیاز ہمراہ شہد ملا کر پلایا جائے تو یہ دماغی امراض اور ڈپریشن کا خاتمہ کرتا ہے۔ زہریلے جانوروں کے کاٹنے سے زہریلے اثرات کے بچاؤ کے لیے پیاز کا پانی اور سرسوں کا تیل ہم وزن محلول بنائیں اور ہر آدھ گھنٹے بعد 25 گرام پلائیں تو زہر کے اثرات دور ہو جائیں گے۔ سانپ کے کاٹنے پر مریض کو اس قدر پیاز کھلائیں کہ اس کے منہ کی مٹھاس ختم ہو جائے اور اسے پیاز کی کڑواہٹ محسوس ہو۔ یہ زہر کے ختم ہونے کی علامت ہے۔ کانٹا پیوست ہو جانے کی صورت میں متاثرہ جگہ پر پیاز گھوٹ کر لیپ دیں۔ اگلے روز کانٹا خود بخود نکل آئے گا۔

پیاز کا بہت زیادہ استعمال درد شقیقہ، ضعف بصر، ریاح اور نسیان کا باعث بن سکتا ہے۔ پیاز کی بو ختم کرنے کے لیے شکر، گڑ، خشک دھنیا کے چند دانے منہ میں رکھ کر چبالیں تو منہ کا ذائقہ اور بو ٹھیک ہو جائے گی۔ اگر اسے ابال کر استعمال کیا جائے تو منہ سے بدبو نہیں آئے گی۔

(بقیہ: قدرتی نیند بحال رکھنے کا آسان طریقہ)

منٹ بڑھا کر آدھا گھنٹہ تک لے جائیں۔ توجہ ادھر ادھر ہو تو دوبارہ سکون سے ناک کی طرف توجہ لے آئیں۔ کسی بھی مشق میں غصہ نہیں کرنا۔ (6) ہر کام مکمل توجہ سے کرنے کی کوشش کرنا۔

اور یاد رکھیں کہ لیٹنا دائیں کروٹ چاہیے اس لیے کہ پیشانی میں لہریں بائیں سے دائیں تحریک پیدا کرتی ہے اور ہونی بھی چاہیے کہ یہ درست طریقہ ہے اور مریض جلد ہی نارمل حالت میں آکر سو جاتا ہے اس طرح سونے میں کوئی خطرہ نہیں ہے اور یہ سونے کا مسنون طریقہ ہے۔ اگر مریض بائیں کروٹ لیٹے گا تو وہ نارمل نیند حاصل نہیں کرسکے گا کیونکہ لہریں اپنا کام صحیح طریقے سے نہیں کریں گی۔ نیا نفسیاتی مریض ہو یا پرانا، جو خیال یا مسئلہ بار بار اسے تنگ کرے وہ اپنے مسئلے کو ایک طرف رکھے جب حالت سنبھل جائے تو اس مسئلے کا ایک حل تلاش کیا جائے اور پھر اس پر قائم ہو جائیں۔ جب بھی کوئی مسئلہ آپ کو پریشان کرنے لگے تو دل میں یہ الفاظ دھرائیں کہ اللہ کو یہی منظور تھا۔ اللہ پاک نے میری قسمت میں یہی لکھا تھا۔

اگر کوئی واقعہ دانستہ سرزد ہوا تو سچے دل سے استغفار پڑھیں۔ کتنا ہی بڑا گناہ کیوں نہ ہو، سچے دل سے توبہ کی جائے تو اللہ پاک معاف فرما دیتے ہیں۔ یہاں تک کہ فرشتوں کو بھی بھلا دیتے ہیں اور نامہ اعمال سے مٹا دیتے ہیں۔ یکسوئی کی دو چار گھنٹوں کی مشق آپ کو فطری اور گہری نیند واپس دلا دے گی اور ہمیشہ ہمیشہ کے لیے نفسیاتی مریض ہونے سے بچالے گی۔ ان شاء اللہ۔

ٹھیک ہونے کی علامتوں میں ایک علامت یہ بھی ہے کہ یکسوئی کی مشق سے نئے یا پرانے مریض کی دل کی دھڑکن سونے پر تیز ہو جائے اور ساتھ چکر آئیں۔ بس پہلے کلمے کی اور سورۂ اخلاص کی باری باری تسبیح کریں، جب تک کہ آپ سو نہ جائیں۔ صبح سر میں گرانی محسوس ہو تو خود کو کسی دل پسند مشغلے میں مصروف کرلیں۔ گرانی جاتی رہے گی۔ یہ صورت حال اس وقت ہوگی جب خاص تبدیلی سے مریض مکمل نارمل ہوتا ہے۔ لہٰذا یکسوئی کی مشقوں سے ہونے والی تبدیلی پر پریشان نہ ہوں بلکہ یہ لہروں کی واپسی کا سفر ہے اور آپ بالکل اس طرح نارمل ہو جائیں گے جیسے پہلے کبھی تھے۔ کیونکہ اللہ کے ذکر میں شفا ہی شفا ہے اور یہ شفایاب ہونے کا سفر ہے جسے ہمت حوصلے سے گزاریں۔ نیند کی گولیوں اور غصے سے پرہیز کریں۔ آپ یکسوئی کی مشقیں کرتے رہیں۔ باقی کام شعور کا ہے وہ خود کرے گا۔ ٹھیک ہونے کے عمل کا آپ کو یوں پتہ چلے گا کہ مشقوں کے دوران جب نیند سے بیدار ہوں، دل کی دھڑکن تیز ہو اور چکر آئیں تو پرسکون رہیں اور یکسوئی کی مشق کریں۔ نیند آئے تو سو جائیں۔ نیند میں شعور زیادہ پرسکون ہوتا ہے۔ لہٰذا تبدیلی خاص اس وقت آتی ہے۔ اس خاص تبدیلی کے بعد آپ کی نیند اور چکر مکمل ٹھیک ہو جائیں گے اور ہاں ان تجربات پر نفسیاتی مریض خود اور ماہر نفسیات اپنے مریضوں پر تجربات کرکے سو فی صد نتائج حاصل کرسکتے ہیں۔ ان شاء اللہ تعالیٰ۔

غیر مسلم ہونے کی صورت میں یکسوئی کی مشق میں ردوبدل کرسکتے ہیں۔ یاد رکھیں کہ اگر آپ ٹھیک ہونے کے بعد بھی پریشانیوں کا دامن نہیں چھوڑیں گے، پریشانیوں کو گلے کا ہار بنائے رکھیں گے، خود میں تبدیلی نہیں لائیں گے تب تک آپ نفسیاتی الجھنوں میں الجھے رہیں گے۔

چالیس روزہ ولایت کورس: معرفت کے متلاشی

کتاب چالیس روز میں پانچ بار نہایت غور، توجہ اور محتاج بن کر ختم کریں۔ ہر روز صبح و شام دو نفل حاجت کے پڑھیں کہ یا اللہ مجھے ایسا بننے کے قابل بنادے۔ نفل بھی محتاج اور عاجز بن کر پڑھیں۔ تنہائی کے نفل اور لمبی دعا کے بعد اعتماد ہو کہ اللہ تعالیٰ نے ایسا کردیا ہے۔ ہر بار کتاب اور نفل ایسے پڑھیں جیسے پہلی بار پڑھ رہے ہیں۔ ہر لفظ پر اعتماد اور ہر ورق طلب سے پڑھیں اور پھر تڑپ سے مانگیں، آزمائش شرط ہے۔ آپ کی طلب، تڑپ، بے قراری فیصلہ ضرور کرائے گی۔ بشرطیکہ عمل سو فی صد ہو، طلب سو فی صد ہو۔

(بقیہ: ناریل سے اعصاب مضبوط)

(15) درد مثانہ کو بے حد مفید ہے (16) کچا ناریل بھوک لگاتا ہے (17) کھانسی اور دمہ میں ناریل کا استعمال بالکل نہیں کرنا چاہیے (18) مثانہ اور گردے کی کمزوری دور کرتا ہے (19) اگر بند چوٹ ہو تو پرانی ناریل میں ایک چوتھائی ہلدی ملا کر پوٹلی باندھ لیں اور اس کو گرم کر کے چوٹ کی جگہ ٹکور کرنے سے چوٹ کی درد اور سوجن ٹھیک ہو جاتی ہے (20) کثرت حیض اور بواسیر میں ناریل کے پوست کا چھلکا جلا کر ایک ماشہ ہمراہ پانی کے لینے سے فائدہ ہوتا ہے (21) چاول کھانے کے بعد تھوڑا سا ناریل کھا لینے سے چاول فوراً ہضم ہو جاتے ہیں (22) ناریل کھا کر پانی بالکل نہیں پینا چاہیے (23) ناریل صفرا کو دور کرتا ہے (24) یرقان میں مفید ہے (25) زبان کا مزہ درست کرتا ہے اور قبض پیدا کرتا ہے (26) کچے ناریل کا پانی پینا پیشاب کی مختلف بیماریوں کو دور کرتا ہے (27) پھیپھڑوں کے مریض کو ناریل کا دودھ بنا کر پلانا اور کھلانا مفید ہوتا ہے (28) ناریل کی داڑھی کی راکھ کو پانی میں گھول کر نتھرا ہوا پانی ہچکی والے مریض کو پلانا بے حد مفید ہوتا ہے (29) ناریل کا تیل گردے اور مثانے کی قوت اور چربی پیدا کرنے کے لیے مفید ہے (30) گرتے ہوئے بالوں کی صورت میں کھوپرے یعنی ناریل کا تیل سر پر لگانا خاص طور پر رات کے وقت اور صبح اٹھ کر کسی اچھے صابن سے سر دھو لینا مفید ہوتا ہے۔

(بقیہ: ورزش کے بغیر بہتر زندگی ناممکن ہے)

یوگا قلب کے لیے نہایت ہی فرحت بخش ہے۔ اس میں باقاعدگی کے ساتھ سیدھے اور دو زانو بیٹھ کر، دونوں ہاتھ ڈھیلے چھوڑ کر، انگوٹھے اور پہلی انگلی کو ملا کر اور گردن سیدھی کرکے آنکھیں بند کرکے بڑے سکون سے خالی الذہن ہو کر بیٹھا جاتا ہے۔ گہرے اور لمبے لمبے سانس لیے جاتے ہیں اور ایک خاص رفتار سے ان کا سلسلہ برقرار رکھا جاتا ہے۔ یہ عمل تقریباً دس منٹ سے آدھے گھنٹے تک ہوتا ہے۔ اس سے جسم کو فرحت و بالیدگی اور عضلات کو تقویت حاصل ہوتی ہے۔ دماغ روشن ہوتا ہے اور دوران خون اور خون کا دباؤ درست رہتا ہے۔ یہ قلب کے لیے مفید عمل ہے اور بڑی عمر کے لوگوں کے لیے نہایت عمدہ اور سہل ورزش ہے۔

سائیکل سواری: تنفس اور دوران خون کی صحت کے لیے مفید ہے۔ اس سے ٹانگوں، کمر اور رانوں کے عضلات اور ہڈیاں مضبوط ہوتی ہے۔ پٹرول کی گرانی اور توانائی کے بحران کے دور میں نہ صرف مفید ورزش اور صحت مند تفریح ہے بلکہ کم خرچ سواری بھی ہے۔

(بقیہ: جامن سے شوگر کنٹرول)

کھائیں۔ معدہ مضبوط ہوگا اور غذا جلد ہضم ہو جائے گی (29) دانتوں اور مسوڑھوں سے خون نکلنے کو بند کرنے کیلئے تخم جامن (گھٹلی) دو تولہ، نمک سیاہ ایک تولہ اور عاقر قرحا چھ ماشے کا سفوف بنا کر دانتوں پر ملنے سے یہ شکایت ہمیشہ کیلئے دور ہو جاتی ہے اور دانت و مسوڑھے مضبوط ہو جاتے ہیں (30) اگر منہ پک جائے تو نرم پتے جامن کے لے کر ایک سیر پانی میں جوش دیں۔ بعد ازاں چھان کر کلیاں کرنے سے فائدہ ہوتا ہے (31) بڑھی ہوئی تلی کی صحت کیلئے جامن کا سرکہ تین ماشہ شہد ملا کر چندروز تک استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔ (32) معدہ، آنتوں کی کمزوری کو دور کرنے کیلئے ایک پاؤ جامن کے سرکے میں تین پاؤ چینی ملا کر سکنجبین بنا کر صبح و شام استعمال کرنے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے (33) ذیابیطس کو دور کرنے کیلئے اس کے پھول دو تولے ایک کپ پانی میں رگڑ کر پلانے سے چندروز میں ہی بے حد فائدہ ہوتا ہے (34) جلنے سے بنے ہوئے سفید داغوں پر جامن کے پتے (خشک) تین ماشہ رگڑ کر دو تولے مکھن میں ملا کر بطور مرہم لگانے سے چندروز میں داغ دور ہو جاتے ہیں (35) گرم طبیعت والوں کے گرتے ہوئے بالوں کو روکتا ہے (36) جامن کی چھال کا جوشاندہ پرانے اسہال اور پیچش میں مفید ہوتا ہے (37) جامن کی گھٹلیوں کا سفوف (جو سایہ میں خشک کر کے بنایا گیا ہو) تین ماشہ سردیوں میں ہمراہ شربت انجبار چاٹ لینے سے ہر قسم کی پیچش دور ہو جاتی ہے (38) رات کو بدخوابی کی صورت میں جامن کی گھٹلی کا سفوف ایک تولہ صبح و شام ہمراہ پانی استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔ (39) جامن کا کھانا آواز کو درست کرتا ہے اور گلے بھی صاف کرتا ہے (40) دست اور پیچش روکنے کیلئے مغز تخم جامن، آم کی گٹھلی کا مغز، ہلیلہ سیاہ ہم وزن لے کر سفوف بنالیں۔ تین ماشے سفوف ہمراہ پانی لینا بے حد مفید ہوتا ہے۔ (41) ذیابیطس کے مریض کیلئے سایہ میں خشک کی ہوئی چھال باریک پیس کر چھ ماشہ سفوف صبح، دوپہر اور شام ہمراہ پانی لینا بے حد مفید ہوتا ہے (42) جامنوں کو جلا کر پانی میں گھول دیں اور پھر چھان اور پکا کر اڑا دیں جوہر جامن تیار ہو جاتا ہے۔ چار رتی سفوف صبح و شام ذیابیطس کو فائدہ دیتا ہے۔ (43) جامن کی گٹھلیاں کوٹ کر سفوف بنائیں۔ صبح و شام تین ماشہ سفوف ہمراہ پانی استعمال کرنے سے ذیابیطس چندروز میں ختم ہو جائے گی (44) جامن درخت کے تین پتے پانی میں رگڑ کر سانپ کے کاٹے کو پلانے سے زہر اثر نہیں کرتا۔ (45) اگر پاؤں میں جوتے کا زخم ہو جائے تو جامن کی گٹھلی پیس کر لگانے سے جلد آرام آ جاتا ہے (46) کثرت حیض کو کنٹرول کرنے کیلئے جامن کے پتے سایہ میں خشک کر کے سفوف بنا لیں اور روز ایک چمچہ چائے والا سفوف ہمراہ سرد پانی کے استعمال کرنا مفید ہوتا ہے (47) جامن گرتے ہوئے بالوں کو روکنے کیلئے قدرت کا بہترین تحفہ ہے (48) بواسیر کا خون بند کرنے کیلئے دو تولے جامن کے پتے ایک پاؤ دودھ میں رگڑ چھان کر پلانا مفید ہوتا ہے (49) پیشاب میں شکر آنے کی صورت میں گٹھلی تخم جامن اور ہلدی ایک ایک تولہ دونوں اور کشتہ چاندی چھ ماشے سب کو پیس کر سفوف بنالیں۔ دو ماشہ سفوف صبح و شام ہمراہ پانی استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ بلکہ یہ نسخہ زیادتی پیشاب کو بھی مفید ہوتا ہے۔ (50) تخم جامن، آم کی گٹھلی اور ہلیلہ سیاہ تینوں ہم وزن لے کر گھی میں ہلکا سا بریاں کر کے سفوف بنالیں چھ ماشے سفوف ہمراہ پانی کے استعمال کرنے سے آنتوں کی خراش، کچی پکی غذا کا دستوں کے ذریعے خارج ہونا دور ہو جاتا ہے۔

(بقیہ: ریفریجریٹر برتنے میں کام آنے والی گُر کی باتیں)

☆......ریفریجریٹر میں رکھی گئی بعض چیزیں نکالنے کے فوراً بعد پکانے کے قابل نہیں ہوتی لہذا پہلے انہیں نرم کیا جائے مثلاً گوشت وغیرہ۔ یہ یاد رکھیئے کہ ماہرین کے خیال میں جمی ہوئی اشیاء کو پکانے سے قبل پانی میں رکھنا مناسب طریقہ نہیں۔

کچھ اشیاء مثلاً کباب، سبزیاں، ٹماٹر وغیرہ کو نرم کرنے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ انہیں ریفریجریٹر سے نکال کر براہ راست پکایا جا سکتا ہے مگر اکثر اشیا درمیان سے مکمل طور پر نہیں پک پاتیں لہذا انہیں استعمال سے کچھ دیر قبل ریفریجریٹر سے نکال کر باہر رکھ لینا ہی بہتر ہے۔

(بقیہ: قوت خاص سے مایوسی اور بواسیر کا خاتمہ)

ڈاکٹر صاحب نے صرف ایک ہدایت کی تھی کہ مرغی کے انڈے کو اپنے لیے زہر تصور کر کے اس سے مکمل پرہیز کرنا۔ میں آج بھی انڈے سے پرہیز کرتا ہوں اور اللہ تعالیٰ کے فضل سے ان دونوں موذی امراض سے مکمل نجات حاصل کر چکا ہوں۔ میں نے اپنے جس ملنے والے مریض کو یہ دوائی استعمال کرائی ہے۔ وہ بھی بفضلہ تعالیٰ شفایاب ہوا ہے۔

(مرسلہ: غلام قادر ہراج۔ جھنگ)

(بقیہ: شوگر کی دوائی کے کارنامے)

فائدہ ہوا اور وزن بھی کم ہو گیا۔ ایک صاحب مردانہ طاقت کی دوا لینے آئے چونکہ میرے پاس مردانہ طاقت کی دوا تھی ہی نہیں لہذا میں نے اس آدمی کو یہ شوگر والی دوا دے دی۔ کچھ عرصہ بعد آئے اور کہنے لگے میں بالکل ٹھیک ہو گیا ہوں۔ ایک صاحب بحریہ ٹاؤن میں ملازم تھے ان کی کمر شوگر کی وجہ سے جھکی ہوئی تھی کہنے لگے مجھے شوگر ہے کوئی دوا دیں۔ میں نے آپکا نسخہ اس کو دیا۔ بالکل نوجوان ہو گیا اور کہتا ہے اب پہاڑوں پر 6/6 کلومیٹر پیدل چلتا ہوں کچھ بھی نہیں ہوتا، اللہ کا فضل ہے۔ حکیم صاحب اللہ آپ کو جزائے خیر عطا فرمائے۔ آپ لوگوں پر عبقری کی صورت میں احسانِ عظیم کر رہے ہیں۔ (مرسلہ: مظہر الحق، تحصیل و ضلع راولپنڈی)

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن وسلوک)

ہم یہ کام کیے دیتے ہیں، لیکن آپ ﷺ فرماتے ہیں:

''نہیں نہیں وہ شخص میرا مہمان تھا اور مجھے ہی یہ کام کرنا چاہیے۔

''پھر سرکار دو عالم ﷺ کی نظر اس شخص پر پڑی تو آپ ﷺ نے فرمایا:

''بھائی، تم اپنی تلوار یہیں بھول گئے تھے۔ اسے لے جاؤ۔''

سرکار دو عالم ﷺ کے اخلاق کریمانہ کو دیکھ کر اس شخص کے دل سے کفر و شرک کے دبیز پردے اسی وقت دور ہو گئے اور وہ فوراً مشرف باسلام ہو گیا اور اپنے گناہوں سے معافی مانگی۔

(بقیہ: روحانی کیفیت)

آپ نے مجھے اور میری والدہ کو عزت کا مقام دیا۔ اللہ تعالیٰ اپنے گھر میں آپ کی اور آپ کی نسلوں کو عزت اور درجات میں بلندی دے۔ (آمین ثم آمین) میں اپنی کیفیات کو الفاظ نہیں دے سکتی۔ اللہ تعالیٰ آپ کو حاسدین کے حسد سے محفوظ رکھے۔ اس جگہ کو کل عالم کے لیے امن اور درس و ہدایت کا گہوارہ بنادے۔

(مراسلہ: پوشیدہ ایک اللہ کی بندی)

(بقیہ: بیوی سے اچھی گفتگو، ہائی بلڈ پریشر سے نجات)

حال ہوگی؟ جب یہ نکتے طے پا گئے تو تحقیق کا مرحلہ شروع ہوا۔ سو سے زائد ہر عمر کے شادی شدہ جوڑوں کو رضا کارانہ طور پر اس بات کو جاننے کے لیے منتخب کیا گیا۔ تحقیق کے مختلف مراحل سے گزرنے کے بعد طبی سائنسدانوں نے جو نتائج اخذ کئے وہ ایک امریکی طبی جریدے میں شائع ہوئے جس میں کہا گیا ہے کہ ''جب شادی شدہ جوڑے خوشگوار موڈ میں اپنے ساتھی سے محو گفتگو تھے تو اس دوران ان کا فشار خون کم تھا لیکن جب وہ کسی اجنبی سے بات کر رہے تھے تو ان کا فشار خون زیادہ ہو رہا تھا۔ تحقیق یہیں پر ختم نہیں بلکہ اسے اور آگے بڑھایا گیا اور ایسے جوڑے منتخب کئے گئے جن کی شادی شدہ زندگی کئی عشروں پر مشتمل تھی۔ اس کے ساتھ ساتھ ایسے لوگ بھی تلاش کئے گئے جن کے شوہر یا بیوی طویل از دواجی زندگی کے بعد انہیں تنہا چھوڑ کر ابدی سفر پر چل دیئے تھے۔ ان لوگوں کے مختلف طبی جائزے لینے کے بعد معالجین اس نتیجے پر پہنچے کہ جن کے شوہر یا بیوی طویل از دواجی زندگی گزارنے کے بعد عمر کے آخری سالوں میں ایک دوسرے کو تنہا چھوڑ کر موت کی آغوش میں سو جاتے ہیں تو ایسے میں تنہائی کا دکھ اور جذباتی گھٹن کے باعث یہ افراد امراض قلب اور بلند فشار خون کے مرض میں زیادہ مبتلا ہو جاتے ہیں۔ سائنسدانوں نے ایسے افراد کے لواحقین کو مشورہ دیا ہے کہ اس طرح کی صورت حال میں وہ اپنے بزرگ کی زیادہ دلجوئی کریں۔ ان سے باتیں کریں اور انہیں اہمیت دیں تا کہ وہ خطرناک امراض کا شکار ہو کر وقت سے پہلے ہی اس دنیا سے رخصت نہ ہوں۔'' طبی سائنسدانوں نے جن باتوں کی طرف اشارہ کیا ہے اس کا شکار مغربی معاشرہ زیادہ ہے اب جبکہ مغرب کے طبی سائنسدان بھی ''باہمی گفتگو'' کی افادیت تسلیم کر رہے ہیں تو ہمیں دوسروں کو تو چھوڑیئے خود اپنی صحت کی خاطر رویوں میں تبدیلی لانی چاہیے۔

میاں بیوی گاڑی کے دو پہیے ہیں لیکن گاڑی میں ایک پہیہ ٹریکٹر اور دوسرا رکشہ کا ہو تو تب بھی بات نہیں بنتی۔ بات اس وقت بنتی ہے اور گاڑی بھی درست انداز میں چلتی ہے جب دونوں پہیوں میں توازن اور برابری ہو۔ اس لیے شوہر ہو یا بیوی دونوں کو چاہیے کہ خوشگوار زندگی کے لیے آپس میں خوشگوار تعلقات رکھیں۔ ہنستے بولتے اور ہلکے پھلکے انداز میں گفتگو کرتے ہوئے زندگی کو گزاریں اور گھر میں اگر کوئی بزرگ ہے تو اس کو بھی وقت دیں اور دو چار باتیں کر لیں کہ زندگی کا نام ہی دوسروں سے شفقت و محبت کا برتاؤ ہے۔ اگر کبھی میاں بیوی میں ناچاقی بھی ہو جائے تب بھی بات چیت بند نہ کریں کہ اسی سے مسئلے کے حل نکلتے ہیں۔ برصغیر کے مشہور ترین شاعر سردار جعفری کے ایک شعر کا یہ مصرعہ یاد رکھیں!

ع گفتگو ختم نہ ہو بات سے بات چلے

(بقیہ: زندگیوں کے تجربات)

ہوگا (کیونکہ اہل جنت کی نیت یہ تھی کہ ہمیشہ اللہ کی اطاعت کریں گے اور اہل دوزخ کی نیت یہ تھی کہ اگر زندہ رہے تو عیش عشرت کریں گے)

تعلیم و وعظ کا حق: حضرت شداد بن حکیمؒ فرماتے ہیں کہ جس شخص میں تین خصلتیں موجود ہوں وہ اس کا مستحق ہے کہ لوگوں کو وعظ و تعلیم کرے اور جس میں یہ نہ ہو اس کو تعلیم و وعظ چھوڑ دینا چاہیے۔ وہ تین خصلتیں یہ ہیں کہ ایک یہ کہ لوگوں کو حق تعالیٰ کی نعمتیں یاد دلائے تا کہ وہ اس کا شکر ادا کریں، دوسرے یہ کہ ان کو ان کے گناہ یاد دلائے تا کہ وہ توبہ کریں۔ تیسرے یہ کہ ان کو شیطان کی عادتوں پر متنبہ کرے تا کہ وہ اس کے مکر و فریب سے محفوظ رہیں۔

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لا علاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یاداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے سے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جُھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

27

ماہنامہ عبقری® لاہور

ستمبر 2008ء بمطابق رمضان المبارک 1429ھ

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ: 20 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

* قرآنی آیات سے کینسر کا علاج ممکن ہے
* حاملہ عورت پر تخیلات کا اثر
* بڑھاپے میں پایئے، جوانی جیسی تازگی
* آلو بخارا فرحت بخش اور قبض کشا
* نبوی ﷺ طریقے سے گلے کی بیماریاں ختم
* جنسی صحت پر ذہنی رویے کے اثرات
* واقعی اس بزرگ کی آنکھوں میں کچھ تھا
* ادرک، بدلتے موسم کا ابتدائی ٹانک
* حضرت خضر علیہ السلام کا تحفہ
* السر اور تیزابیت سے شفایابی
* دو بڑے ولیوں کے روحانی خزانے
* قدرت کا انتقام، متکبر کے لیے

عبقری حسان ﴿ فبای الآء ربکما تکذبن ﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہؒ ہجویری عبقری مجذوب ، جناب حکیم محمد رمضانؒ چغتائی

زیرسرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 3 جلد نمبر 3 ستمبر 2008 بمطابق رمضان المبارک 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ستمبر 2008ء

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی ، تجمل الٰہی شمسی ، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرِ سالانہ -/240 روپے ہے۔اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زرِ سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں ، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار ہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملنے کی تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارے کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website: www.ubqari.net
Email: ubqari@hotmail.com

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد پاک ہے: مسلمانو! اگر کوئی شریر تمہارے پاس کوئی خبر لے کر آئے (جس میں کسی کی شکایت ہو) تو اس خبر کی خوب چھان بین کرلیا کرو کہیں ایسا نہ ہو کہ تم اس کی بات پر اعتماد کر کے کسی قوم کو نادانی سے کوئی نقصان پہنچادو پھر تمہیں اپنے کئے پر پچھتانا پڑے۔
(الحجرات، آیت نمبر ٦)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت عُقبہ بن عامر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! نجات حاصل کرنے کا طریقہ کیا ہے؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اپنی زبان کو قابو میں رکھو اپنے گھر میں رہو (فضول باہر نہ پھرو) اور اپنے گناہوں پر رویا کرو۔ (ترمذی)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

قارئین تیل والے ملکوں کے رزق میں برکت اور بے برکتی کی کچھ باتیں آپ نے گزشتہ حال دل میں پڑھیں۔ جب سے یہ تحریر شائع ہوئی ہے قارئین نے فون، خطوط اور بالمشافہ ملاقاتوں میں اس کی تصدیق کی ہے اور مزید تفصیلات ملیں۔ اسی سلسلہ میں زیرنظر خط ماہنامہ حیاء کی ایڈیٹر صاحبہ نے تحریر فرمایا ہے۔

''امید ہے کہ مزاج بخیر ہونگے۔ مئی 2008ء کا ''عبقری'' ملا۔ آپ کا اداریہ پڑھا۔ میں نے بھی ایک زمانے میں اپنے ان ملنے والوں اور عزیزوں، کے حالات دیکھتے ہوئے، جو تیل پیدا کرنے والے ملکوں میں رہتے ہیں ان پر تحقیق کی تھی کہ کچھ تو اس قدر ماشاء اللہ پھل پھول رہے ہیں اور کچھ جیسا کہ آپ نے لکھا کہ بالکل ہی قلاش ہوگئے۔ اس پر جو وجوہات میرے سامنے آئیں وہ پیش خدمت ہیں۔

(1) وہاں کام کرنے والوں کی اکثریت اپنے پیسے کو بینکوں کے سودی فکسڈ ڈیپازٹ اکاؤنٹس میں رکھتی ہے اور وہ بھی یورپ و امریکہ کے بینکوں میں۔ پھر یہ سودی پیسہ اصل رقم کو بھی لیکر ڈوب جاتا ہے۔ (2) تیل پیدا کرنے والے ملکوں میں کام کرنے والوں کی اکثریت دن رات وہاں کے عربوں کی اس قدر برائیاں کرتی ہے کہ کچھ حد نہیں۔ ان کی عیش وعشرت و عیاشی کے قصے، ان کی فرضی بے حیائی کی داستانیں، کردار کی دیگر خرابیاں بھی ایسے بیان کی جاتی ہیں جیسے کہ یہ سب کچھ وہاں کام کرنے والے اپنی آنکھوں سے دیکھ رہے ہوں۔

اس کے برعکس جن لوگوں نے اپنا پیسہ زمین، جائیداد خریدنے میں لگایا، حلال کاروباروں میں لگایا، بہنوں کی شادیاں کیں، بھائیوں کو سیٹ کروایا (یعنی رحم دلی اور صلہ رحمی اور خدمت کی) اور دیگر عزیز رشتے داروں کی مدد کی، آج ان کی اولاد بھی پھل پھول رہی ہے۔

یہ وہ لوگ ہیں جو اپنے کام سے کام رکھتے ہیں۔ نہ کسی کی غیبت کرتے ہیں نہ کسی کی برائی کرتے ہیں، خاص طور پر یہ لوگ حجاز مقدس میں بہت محتاط رہتے ہیں ان کو عبادتوں کی بھی توفیق ہوتی ہے۔ ہر سال حج وعمرے پر بھی بلاوہ آتا ہے اور ان کی اولاد بھی نیکی کے راستے پر چلتی ہیں۔ برکت کا مشاہدہ تو عمرے اور حج پر جانے والا ہر شخص کرسکتا ہے۔ کیونکہ یہاں برکت کی دعا تو خود حضرت ابراہیم علیہ السلام نے کی ہے۔

قارئین یہ تحریر آپ نے پڑھ لی واقعتاً رزق میں برکت کے کئی اسباب ہیں۔ ان اسباب میں مذکورہ اسباب بہت اہمیت کے حامل ہیں۔ یقین جانیے میرے پاس لاتعداد لوگ قلاش، غربت، تنگدستی اور افلاس میں مبتلا آتے ہیں۔ جب ان کی تصدیق کی جاتی ہے تو پتہ چلتا ہے کہ دراصل سبب یہی تھا۔

ایک صاحب بتانے لگے کہ اگر مال میں برکت نہ ہو تو چاہے ایک جگہ سے دوسری جگہ میں منتقل کردیں تب بھی وہ ختم ہوجاتا اس چھوٹے سے تجربے کی بے شمار مثالیں موجود ہیں۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

استغفار اور ندامت کی وجہ سے مرنے کے بعد کا نظام بن جاتا ہے۔ اللہ کا وعدہ ہے کہ اللہ جل شانہ مغفرت فرمائیں گے

جگر پھٹ کر ٹکڑے ٹکڑے ہو گیا

میرے محترم دوستو! بعض اوقات دعا میں میرے حضرت کچھ نہیں فرماتے تھے بس نَسْتَغْفِرُکَ وَنَتُوبُ اِلَیْکَ یہی الفاظ پڑھتے تھے اور اندر کی کیفیت ایسے محسوس ہوتی تھی کہ ان کا جگر ختم ہو جائیگا۔ ایک اللہ والے فوت ہوئے تو معالج نے ان کی نبض دیکھی اور کہنے لگے کہ ان کا جگر پھٹ کر ٹکڑے ٹکڑے ہو گیا ہے اور وہ پھٹ کے ٹکڑے ٹکڑے ہوا ہے اللہ جل شانہ کے خوف کی وجہ سے۔ فرمایا جو شخص چاہتا ہے کہ قیامت کے دن اسکے اعمال اس کو خوش کر دیں تو اس کو کثرت سے توبہ استغفار کرتے رہنا چاہیے۔ آپ نے پہلی روایت سنی ہے، اب اس روایت اور قرآن پاک کے اس عمل کو ملائیں۔ میں پھر وہ روایت پڑھ رہا ہوں۔ مسند احمد کی روایت ہے، سرورکونین ﷺ نے فرمایا بندہ عذاب خداوندی سے امن میں ہے جب تک وہ استغفار کرتا ہے۔ پریشانیاں عذاب ہی تو ہیں۔ یہ مشکلیں، یہ غم، یہ بندشیں، یہ رکاوٹیں، یہ مسائل، یہ مصائب، یہ کیا ہیں؟ یہ سب عذاب کی شکلیں ہیں۔ آپ خود سوچیں جس استغفار اور ندامت کی وجہ سے مرنے کے بعد کا نظام بن جائے گا۔ اللہ جل شانہ مغفرت فرمائیں گے جنتیں، نعمتیں اپنی رضا عطا فرمائیں گے۔ استغفار اور توبہ پر، مرنے کے بعد کا نظام جو ساٹھ ستر سال کا نہیں، ساٹھ ستر لاکھ سال کا نہیں، ساٹھ ستر سال کروڑ سال کا نہیں، بلکہ جس کا علم صرف اللہ جل شانہ کو ہے کسی اور کو علم نہیں ہے۔ یاد رکھیں مرنے کے بعد ایک اور زندگی ہے اس لیے وفات کے علم کو انتقال کہتے ہیں۔ انتقال کے معنی ہیں منتقل ہونا۔ یعنی فوت ہونے والا ایک عالم سے دوسرے عالم منتقل ہو گیا۔ عالم شہود میں سے عالم برزخ میں منتقل ہو گیا۔ اس کو موت کہتے ہیں۔ غور کریں جو استغفار اور جو توبہ مرنے کے بعد کی آنے والی کھربوں سال کی زندگی کے کام بنوا دے۔ کیا وہ اس دنیاوی زندگی کے پچاس ساٹھ سال کے کام نہیں بنوا سکتی؟ اللہ والو کیوں نہیں بنوا سکتی۔ بنوا سکتی ہے۔ حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ سرورکونین ﷺ نے ارشاد فرمایا۔ نگرانی کرنیوالے دو فرشتے یعنی اعمال لکھنے والے اللہ جل شانہ کے حضور کسی کا اعمال نامہ پیش کرتے ہیں اور اس کے اول میں اور آخر میں استغفار لکھا ہوتا ہے۔ تو اللہ جل شانہ کا ارشاد ہوتا ہے کہ میں نے اپنے بندے کا سب کچھ بخش دیا۔ اللہ جل شانہ نے اپنے بندے کا وہ سب کچھ بخش دیا جو اس اعمال نامہ کے اول اور آخر کے درمیان ہے یعنی اول میں استغفار، آخر بھی استغفار اور اس کے درمیان کچھ خطائیں یا لغزشیں۔ میرا رب کہتا ہے میں نے ان سب کو معاف کر دیا اس اول اور آخر کے استغفار کی وجہ سے۔ ہم یہ دیکھیں ہمارے دن رات کیسے گزر رہے؟ ہم اپنے رب کو کتنا ناراض کر چکے ہیں۔ یہ زمین دن میں کئی دفعہ اجازت مانگتی ہے کہ یا اللہ مجھے اجازت دے کہ میں ان نافرمانوں کو اپنے اندر دفن کر لوں۔ آٹھ اکتوبر کے زلزلے میں اس کے کچھ حصے کی اجازت ملی تھی۔ ایک صاحب کہنے لگے کہ میرا کتا ساری رات چیختا چلاتا رہا۔ میں نے کہا کوئی چھت سے اس کو پتھر مار رہا ہے۔ دیکھا تو کچھ بھی نہیں، پانی ڈالا، دودھ ڈالا، گوشت ڈالا، کچھ بھی نہ کھائے، کچھ بھی نہ پیئے اور صبح تک ساری رات پریشان رہا۔ زنجیر تڑاتا رہا، پریشان رہا اور صبح زلزلہ آیا اور وہ خاموش ہو گیا۔ سر لٹکائے بیٹھا رہا۔ کچھ نہ کھایا اور دوسرے دن مر گیا۔ فرمایا جانوروں کو جو نظر آتا ہے اگر تمہیں نظر آ جائے تم اپنے مردوں کو قبروں میں دفن کرنا چھوڑ دو۔ جانوروں کو جو نظر آتا ہے، اس سے زمین اللہ جل شانہ سے امر مانگتی ہے یعنی حکم مانگتی ہے الٰہی مجھے حکم دے میں پھٹ جاؤں۔

میں بھاگ پڑا، زمین تھر تھرا رہی تھی

ایک صاحب کہنے لگے میں میدان میں تھا۔ میں بھاگ پڑا، زمین تھر تھرا رہی تھی۔ کہنے لگے میرے آگے بہت سارے لوگ تھے، ہم چند لوگ پیچھے تھے۔ اچانک زمین پھٹی اور پھر مل گئی۔ ہمارے اگلے لوگ کہاں گئے پتہ نہیں۔ کہنے لگے ہمارا گاؤں جو یہاں تھا، اس گاؤں کے آثار پانچ میل دور جا کے ملے۔ زمین نے اٹھا کر اس کو پانچ میل دور پھینک دیا۔ اس حصے کو ادھر پھینک دیا اس کو ادھر پھینک دیا۔ بس اس کو ایک چیز روک سکتی ہے۔ وہ ندامت ہے، وہ توبہ ہے، وہ استغفار ہے۔ اگر کوئی ناراض ہو جائے اس کو منانے کے لیے اچھے کھانے لائیں اچھی غذائیں دیں، اچھا گھر دیں، اچھا پہننے کو دیں، وہ نہیں مانے گا، نہ کھانا کھائے گا۔ وہ کہے گا میں نہیں کھاتا تیرا کچھ بھی نہیں کھاؤں گا۔ تیرے ہاں رہونگا بھی نہیں۔ اس کا پہلا حل کیا ہے؟ اس کا پہلا حل ہے توبہ، استغفار اور معافی۔ ہاں اس چیز کا اعتراف کہ میں قصوروار ہوں مجھے معاف کر دیں۔ معافی کے بعد جو خدمت ہو گی وہ قابلِ قبول ہو گی۔ میں اس لیے آپ سے عرض کرتا ہوں آج ہمارا رب ناراض ہے۔ بہت زیادہ ناراض ہے۔ اس نے زمین کا مال بھی تنگ کر دیا ہے۔ زمین اپنے خزانے آہستہ آہستہ نیچے لے کے جا رہی ہے۔ وہ پانی کے خزانے ہیں یا وہ پٹرولیم کے خزانے ہیں یا وہ معدنیات کے خزانے ہیں۔ زمین نیچے لے کے جا رہی ہے۔ ایک وقت تھا زمین اوپر لاتی تھی مگر اب زمین نیچے لے کے جا رہی ہے اور ان خزانوں کو، ان نعمتوں کو جو رب نے میرے اور آپ کے لیے بنائے ہیں صرف استغفار واپس لا سکتے ہیں، صرف توبہ واپس لا سکتی ہے اس کے علاوہ کوئی حل نہیں۔ یہ تنہائیوں کا رونا، یہ تنہائیوں کی ندامت، بیٹھ کر اللہ کے سامنے گڑگڑانا اور اپنے گناہوں کا اعتراف کرنا اور آئندہ نہ کرنے کا عہد کرنا اور آئندہ کے لیے ان گناہوں سے بچنا بس یہ چیز جو ہے ہمیں بچا سکتی ہے اور کوئی چیز نہیں ہمیں بچا سکتی۔ دنیا کی ساری تدبیریں کر کے دیکھ لیں، کوئی چیز نہیں بچا سکتی۔ آج کے مسلمان کو، پورے عالم کے مسلمانوں کو بس یہی چیز بچا سکتی ہے اور کوئی چیز نہیں بچا سکتی۔

(جاری ہے)

دفع بلغم کے لیے: سفید نمک کی چھوٹی چھوٹی سات کنکریاں لے کر ہر ایک پر سات سات بار آیت الکرسی پڑھیں۔ ایک کنکر نہار منہ استعمال کریں۔

ستمبر، رُت بدلنے کا آغاز

زیادہ ترش اشیاء کے استعمال سے پرہیز کریں کیونکہ ان سے نزلہ، زکام، بخار اور دیگر امراض سینہ کے رونما ہونے کا قطعی احتمال ہے۔ اس مہینے میں نزلہ کے بگاڑ کی ابتداء ہوجایا کرتی ہے۔

(حسن زمان۔ اٹک)

ستمبر کا مہینہ اپنے موسمی اثرات کے اعتبار سے ماہ اگست کا توام قرار دیا جا سکتا ہے۔ کیونکہ اس مہینے میں بھی قریب قریب انہی طبی ہدایات اور حفظان صحت کی تدابیر کو ملحوظ رکھنے کی ضرورت ہے جن کو اگست میں رکھا جاتا ہے۔ واضح رہے کہ ستمبر کا مہینہ (بالخصوص اس کا نصف اول) بھی اپنے موسمیاتی اعتبارات کے لحاظ سے موسم برسات کا اختتامی دور تصور ہوتا ہے جس کا آغاز اول جولائی میں ہوتا ہے۔

اس مہینے کی ہواؤں میں بھی وہی تاثیر و کیفیت پنہاں ہوتی ہے جو جولائی اور اگست کی برساتی فضاؤں کا خاصہ ہے۔ البتہ اس مہینے میں یہ کیفیت اپنے ردعمل کے اعتبار سے کسی قدر بتدریج انحطاط پذیر ہونے لگتی ہے۔

دھوپ نکلنے اور گاہے بگاہے مطلع ابر آلود ہونے (ہر دو صورتوں میں) واضح طور پر دو رنگے بہروپ کا آئینہ دار ہے۔ یعنی دن اتنا گرم گویا ابھی موسم گرما کا شبابی دم خم برقرار ہے اور راتیں ایسی خنکی لیے ہوئے جیسے موسم سرما حملہ آور ہونے کیلئے سروں کے عین اوپر پرتول رہا ہے۔

چند ضروری احتیاطیں: (1) اس مہینے رات کو سوتے وقت (خواہ کمرہ میں پنکھا ہی کیوں نہ ہو) دروازہ بند نہ کریں۔ کیونکہ اس مہینے کی ہوا میں حبس کی بھی کیفیت ہوتی ہے جس سے بعض عوارض کے پیدا ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ (2) زیادہ ترش اشیاء کے استعمال سے پرہیز کریں کیونکہ ان سے نزلہ، زکام، بخار اور دیگر امراض سینہ کے رونما ہونے کا قطعی احتمال ہے۔ (3) اس مہینے میں نزلہ کے بگاڑ کی ابتداء ہوجایا کرتی ہے۔ اس لیے نزلہ ہونے کی صورت میں فوراً اس کی اصلاح کی کوشش کریں۔

ماہ ستمبر کے ممتاز پھل: انار جنت الفردوس کے پھلوں میں سے ایک پھل ہے۔ روایت ہے کہ ہر انار میں ایک دانہ ایسا لازمی رکھا گیا ہے جو جنت الفردوس کے پھلوں سے تھا۔ یہ بھی روایت ہے کہ یہ دانہ اکثر گر جاتا ہے۔ ضائع ہو جاتا ہے۔ ایسی جگہ پر جا گرتا ہے جہاں سے اٹھانے کو جی نہیں چاہتا، ہاں یہ دانہ انہی لوگوں کو نصیب ہوا جنہوں نے ہر پہلو اس کی حفاظت کی ہوگی۔

انار جواہرات کی طرح کئی رنگوں میں دستیاب ہے۔ مثال کے طور پر زمرد، یاقوت، سرخ، سفید گوہر ناسفتہ کی طرح چمک لیے ہوئے۔

لیموئے شیریں: المعروف میٹھا پھل، اس موسم کا میوہ ہے۔ ایسے فروخت ہوتا ہے جیسے بازاروں میں آم اور خربوزہ۔ میٹھا پھل بخار کی زود تھام میں بہت کارآمد ہے۔ اس کے بیج بخار توڑ ادویات کے مرکبات میں استعمال ہوتے ہیں۔

اس کے چھلکوں سے سقراط نمک اخذ کیا کرتا تھا جو بخاروں کا تریاق تھا۔ افسوس آج کا طبیب اپنے اجداد کے مسیحائی کرشمات والے فارمولوں کو یکسر بھول گیا ہے اور مغرب کی تقلید میں آگے چل رہا ہے۔ میٹھا پھل یرقان کا شافی مداوا ہے۔ جگر اور مثانہ کی حدت کو توڑنے میں اس کا خصوصی ذکر ملا ہے۔ حاملہ عورت جو کم از کم تین ماہ کی صاحب ثمر ہو۔ ایک میٹھا نہار منہ استعمال کی عادی ہو جائے اور اس وقت تک استعمال جاری و ساری رکھے جب تک یہ پھل دستیاب ہوتا رہے تو حکیم مطلق کی حکمت بالغہ کا بچشم ملاحظہ فرمائیں۔ جب بچہ یا بچی تولید ہوگی تو اس کی آنکھیں ہلکی نیلی اور سر کے بال نیم سنہری ہوں گے۔ نیز اس کے نقش، نقاش یکتا کا نمونہ ہوں گے۔ آزمائش شرط ہے۔

بہی: سفرجل یا بہی، سیب کی شکل کا پھل ہے اور عام طور پر اسی موسم یعنی ستمبر، اکتوبر کے دوران ملتا ہے۔ اس کے تمام اجزاء بطور دوا یا دواؤں کے اجزاء کے طور پر استعمال ہوتے ہیں۔ پہاڑی علاقوں کا یہ پھل پاکستان میں مری، سوات، مردان اور آزاد کشمیر میں پایا جاتا ہے۔ حضور مکرم ﷺ نے فرمایا ''اگر کوئی تین صبح نہار منہ بہی دانہ کھائے تو اس کا ذہن پاک اور اس کے علم اور قوت برداشت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ شیطان اور اس کے چیلوں کے فکر سے محفوظ رہتا ہے۔ ☆ بہی دانہ کھائیں اور ایک دوسرے کو تحفہ میں دیں۔ کیونکہ یہ بینائی تیز کرتا ہے اور دلوں میں محبت پیدا کرتا ہے۔'' حضرت علیؓ نے فرمایا ''بہی دانہ کا استعمال دل کی کمزوری کے لیے بہت مفید ہے۔ یہ معدے کو صاف، ذہن کو وسعت اور ڈرپوک آدمی کو شجاعت دیتا ہے۔''

غصہ کا انجام

قاتل اگر غصہ اور انتقام سے مغلوب نہ ہوتا تو بہت آسانی کے ساتھ وہ سمجھ سکتا تھا کہ اس کیلئے زیادہ بہتر صورت کیا ہے؟

(مولانا وحیدالدین خان)

دہلی میں قرول باغ کے علاقہ میں اجمل خاں روڈ ہے۔ یہاں ایک ساتھ جوتے کی دو دکانیں تھیں۔ ایک دکان کے مالک کا نام سریندر کمار (25 سال) ہے اور دوسری دکان کے مالک کا نام بلراج اردرا (45 سال)۔ ایک ہفتہ پہلے سریندر کمار کی دکان سے ایک شخص نے ایک جوڑا جوتا خریدا۔ دکاندار نے اس کی قیمت 180 روپے حاصل کی۔ گاہک باہر نکلا تو دوسرے دکاندار بلراج اردرا نے اس کو آواز دے کر بلایا۔ اس کا جوتا دیکھ کر پوچھا کہ اس کو تم نے کتنی قیمت میں خریدا۔ اس نے بتایا کہ 180 روپے میں۔ بلراج اردرا نے اسی قسم کا جوتا اپنی دکان سے نکال کر دکھایا اور کہا کہ دیکھو، یہ وہی جوتا ہے اور یہ میں تم کو صرف 135 روپے میں دے سکتا ہوں۔

گاہک غصہ ہو گیا۔ وہ جوتا لے کر دوبارہ سریندر کمار کے یہاں آیا اور کہا کہ تم نے قیمت زیادہ لی ہے۔ مجھ کو 45 روپے واپس کرو۔ اس پر سریندر کمار بگڑ گیا اور پڑوس کی دکان پر جا کر بلراج اردرا کو ڈانٹنے لگا۔ کچھ لوگوں نے درمیان میں پڑ کر فوری طور پر دونوں کو اپنی اپنی دکان میں واپس بھیج دیا۔ مگر غصہ بدستور باقی رہا۔ یہاں تک کہ ایک ہفتہ بعد 13 اکتوبر 1992ء کو سریندر کمار نے بلراج اردرا سے تیز تیز باتیں کیں، اور آخر کار جیب سے ریوالور نکالا اور ایک کے بعد ایک چھ گولیاں اس کے اوپر خالی کر دیں۔ بلراج اردرا کو فوراً لوہی اہسپتال لے جایا گیا جہاں ڈاکٹروں نے اس کو مردہ قرار دیا۔ اب قتل کا معاملہ عدالت میں ہے۔ اب یا تو مقتول کی طرح قاتل کو بھی پھانسی پر لٹکایا جائے گا یا قاتل لاکھوں روپیہ خرچ کر کے مقدمہ کو اپنے موافق بنائے اور عدالت سے رہائی کا فیصلہ حاصل کر لے۔ ایک صورت اگر قاتل کیلئے جسمانی موت ہے تو دوسری صورت اس کیلئے مالی موت ہے۔

قاتل اگر غصہ اور انتقام سے مغلوب نہ ہوتا تو بہت آسانی کے ساتھ وہ سمجھ سکتا تھا کہ اس کیلئے زیادہ بہتر صورت یہ ہے کہ وہ مذکورہ گاہک کو 45 روپیہ ادا کر کے رخصت کر دے اور پھر جہاں تک پڑوسی دکاندار کا مسئلہ ہے، اس کو تجارتی انداز میں حل کرنے کی کوشش کرے۔

ادرک، بدلتے موسم کا ابتدائی ٹانک

محمد امجد محمود شاہ۔ بنگلہ ضلع سرگودھا

شہنشاہ روم نے رسول کریم ﷺ کی خدمت میں ادرک کا ایک بڑا ٹکڑا بطورِ تحفہ پیش کیا تھا۔ حضورا کرم ﷺ نے اس ٹکڑے کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں تقسیم کیا اور صحابہ اکرام رضوان اللہ تعالیٰ عنہم اجمعین کے درمیان تقسیم کر دیا۔

حکماء کئی ہزار برس سے ادرک کے ذریعے مختلف بیماریوں کا علاج کر رہے ہیں۔ اسے اردو میں ادرک، ہندی میں سونٹھ اور انگریزی میں جنجر کہتے ہیں۔ یہ وہ مبارک غذا ہے جس کا تذکرہ قرآن شریف میں بھی آیا ہے۔ قرآن پاک میں اسے زنجبیل کہہ کر پکارا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے جنت میں پائی جانے والی نعمتوں کے حوالے سے ارشاد فرمایا ہے کہ ''وہاں انہیں (مسلمانوں کو) ایسا مشروب پلایا جائے گا جس میں ادرک بھی ملا ہوا ہوگا''۔ اس طرح حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے ''شہنشاہ روم نے رسول کریم ﷺ کی خدمت میں ادرک کا ایک بڑا ٹکڑا بطورِ تحفہ پیش کیا تھا۔ حضور اکرم ﷺ نے اس ٹکڑے کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں تقسیم کیا اور صحابہ اکرام رضوان اللہ تعالیٰ عنہم اجمعین کے درمیان تقسیم کر دیا۔ یہ سوغات مجھے بھی ملی جسے میں نے فوراً کھالیا۔''

درج بالا واقعہ سے ثابت ہوتا ہے کہ ادرک بڑی فضیلت اور اہمیت رکھتی ہے۔ آیئے پڑھتے ہیں کہ یہ خدائی تحفہ کئی امراض میں انسان کو فائدہ پہنچاتا ہے۔ یونانی اطباء نے اپنی کتاب میں کئی جگہ اس کا ذکر کیا ہے۔ مثلاً حکیم جالینوس نے اسے فالج میں مفید بتایا ہے۔ کئی حکماء کا خیال ہے کہ چین کی مشہور بوٹی ''جن سنگ'' دراصل ادرک ہی کی ایک قسم ہے۔

نظامِ ہضم: معدے کے جملہ امراض میں ادرک مفید ہے۔ یہ دست آور بھی ہے اور قابض بھی۔ تازہ ادرک پسی ہوئی آدھی چمچ لیجئے اس میں ایک چمچ پانی، ایک چمچ لیموں کا رس، ایک چمچ پودینے کا رس اور ایک چمچ شہد ملایئے۔ یہ مرکب وہ لوگ دن میں تین بار چاٹ لیں جن کو متلی، قے، بدہضمی، یرقان یا بواسیر کی شکایت ہو۔ یہ نسخہ اِن بیماریوں کا شافی علاج ہے۔ ادرک ریاح کو تحلیل کرتی ہے۔ بھوک کم لگنے کی صورت میں بھی ادرک استعمال کیجئے۔ پیٹ کا درد اور اپھارہ دور کرنے کیلئے بھی ادرک کھائی جاتی ہے۔

اگر اپنا ہاضمہ درست رکھنا چاہتے ہیں تو کھانے کے بعد تازہ ادرک کا چھوٹا سا ٹکرا چبالیں۔ اس نسخے سے زبان کی میل بھی اترتی ہے نیز معدہ کئی بیماریوں سے پاک رہتا ہے۔ اگر جگر کی خرابی کے باعث پیٹ میں پانی جمع ہو جائے تو مریض کو ادرک کا پانی پلائیں۔ یہ پانی پیشاب آور ہے اور پیٹ کا سارا پانی نکال دیتا ہے۔ ادرک انتڑیوں کی سوزش بھی ختم کرتی ہے۔

گلے کے امراض: اگر بلغمی کھانسی چمٹی ہوئی ہو یا آپ دمے کا شکار ہوں تو یہ نسخہ استعمال کریں۔ ادرک کا رس 3 ماشہ، ایک تولہ شہد میں ملا کر چاٹ لیں۔ یہ معمولی سا نسخہ عموماً کھانسی اور دمے سے نجات دلا دیتا ہے۔ اگر نزلے میں گرفتار ہوں تو ادرک کا رس 3 ماشہ، کالی مرچ ایک ماشہ، لہسن 6 ماشہ اور شہد 2 تولہ ملا کر چٹنی بنا لیں اور اسے تھوڑا تھوڑا چاٹتے رہیں۔ سردی سے ہونے والے نزلے میں بطورِ خاص یہ چٹنی مفید ہے۔ ادرک چبانے سے گلا صاف ہوتا ہے، گلے کی خراش یا زخم دور کرنے کیلئے ادرک کا چھوٹا سا ٹکرا منہ میں رکھ کر چباتے رہیے۔

سردی کا بہترین علاج: ادرک گرم مزاج رکھتی ہے۔ موسم سرما کی بیماریوں میں فائدہ پہنچاتی ہے۔ اس کے کھانے سے سردی کم لگتی ہے۔ بعض لوگ ٹھنڈے یا نیم گرم پانی سے نہانے کے بعد جسم میں کپکپی یا درد محسوس کرتے ہیں۔ اگر وہ نہانے کے بعد 3 سے 6 ماشے ادرک کھالیں تو انہیں اس سردی سے نجات مل جائے گی۔ مزید براں مضمون کے آغاز میں جو نسخہ بتایا گیا ہے وہ زکام کے علاج میں مؤثر ہے۔ سردی زکام کی شکایت میں ادرک کی چائے بھی مفید ہے۔ ادرک کی چائے بنانے کا طریقہ یہ ہے کہ اُبلتے ہوئے پانی میں چائے کی پتی ڈالنے سے پہلے ادرک کے چھوٹے ٹکڑے ڈال دیں۔ سردی زکام اور بخار کی صورت میں یہ چائے زیادہ مفید ہوگی۔

دمہ اور نظامِ تنفس: ادرک اور کالی ہریڑ 6,6 ماشہ کی تعداد میں معمولی سا کوٹ لیں۔ اس کے بعد انہیں پیالی بھر پانی میں اُبال لیں۔ بعد ازاں پانی میں شہد یا چینی ملا لیں۔ جس کسی کو پرانی کھانسی یا دمہ ہو، وہ یہ پانی پیئے انشاء اللہ افاقہ ہوگا۔ اس کے علاوہ ادرک کا رس شہد کے ساتھ چاٹا جائے تو حلق صاف ہو جاتا ہے اور سینے میں جمع بلغم نکل جاتا ہے۔ ایک نسخہ اور ہے۔ میتھی کا جوشاندہ ایک پیالی لیجئے اس میں ایک چمچی تازہ ادرک کا رس اور ایک چمچی شہد ملایئے۔ جو مرد و خواتین کالی کھانسی، دمہ اور پھیپھڑوں کی تپ دق میں مبتلا ہوں وہ یہ نسخہ استعمال کریں، مؤثر پائیں گے۔ جن افراد کے منہ سے بو آتی ہے، وہ ادرک کھائیں۔ یہ بدبو دور کر کے منہ کا خراب ذائقہ بھی درست کرتی ہے۔

خواتین کے امراض: تازہ ادرک کا درمیانہ ٹکڑا لیں۔ اُسے کچل کر ایک پیالی پانی میں چند منٹ کیلئے اُبال لیں۔ بعد میں پانی میں چینی ملایئے اور اسے دن میں 3 بار استعمال کریں۔ ادرک بھی کھا لینی ہے۔ یہ گھریلو ٹوٹکہ نہ صرف ایام کی بے قاعدگی دور کرتا ہے بلکہ اس سے متعلق تمام تکالیف دور ہو جاتی ہیں۔

ذہنی دباؤ: ہیجان، بے چینی اور ذہنی دباؤ کی کیفیت میں ادرک طبیعت کو پُرسکون کرتی ہے۔ حتیٰ کہ ڈاکٹر بھی ادرک کی اس خاصیت کو تسلیم کرتے ہیں اور اسے ڈپریشن دور کرنے والی دوا سمجھتے ہیں۔ ادرک کا 2 تولہ رس لیں اور اسے گائے کے 7 تولہ دودھ میں اتنا پکائیں کہ آمیزے کی مقدار نصف رہ جائے۔ اس میں حسب ذائقہ شکر ملا کر سوتے وقت پی لیں۔ یہ آمیزہ ذہنی بوجھ اور پریشانی دور کر کے انسان کو پرسکون نیند کا تحفہ عطا کرتا ہے۔ اگر کسی کو ہسٹریا کا دورہ پڑے تو ادرک اور کالی مرچ ہم وزن ملا لیں۔ مریض کو یہ آمیزہ نسوار کی طرح دیں۔ دورہ ختم ہو جائے گا۔ ادرک کا استعمال یادداشت بڑھاتا ہے۔ 5 تولہ ادرک کو پیس کر 10 تولہ شہد میں ملا لیں۔ کمزور دماغ والے یہ آمیزہ 3,3 ماشہ صبح و شام کھائیں۔ دماغ کو تقویت ملے گی اور بھولنے کی بیماری ختم ہو جائے گی۔ (ان شاء اللہ)

گٹھیا اور دیگر تکالیف: ادرک کا تیل گٹھیا اور بادی کے درد میں فائدہ پہنچاتا ہے۔ ادرک کا آدھ پاؤ رس لیں۔ اس میں تل کا تیل ایک چھٹانک ملا لیں۔ آمیزے کو ہلکی آنچ پر اتنا پکائیں کہ سارا مائع اُڑ جائے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 16 پر)

رمضان المبارک مغفرت، بخشش اور عنائیتوں کا مہینہ

رمضان شریف میں ہر نماز عشاء کے بعد روزانہ تین مرتبہ کلمہ طیبہ پڑھنے کی بہت فضیلت ہے۔ اول مرتبہ پڑھنے سے گناہوں کی مغفرت ہوگی، دوسری دفعہ پڑھنے سے دوزخ سے آزاد ہوگا، تیسری بار پڑھنے سے جنت کا مستحق ہوگا۔

(عمران معراج۔ لاہور)

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ارشاد فرماتے ہیں کہ ماہ رمضان المبارک اللہ تعالیٰ کا مہینہ ہے۔ بہت ہی بابرکت اور فضیلت والا مہینہ ہے اور یہ صبر وشکر اور عبادت کا مہینہ ہے اور اس ماہ مبارک میں جو عبادت کر کے اللہ پاک کی خوشنودی حاصل کرے گا۔ اس کی بڑی جزا خداوند تعالیٰ عطا فرمائے گا۔ ابن جوزی رحمتہ اللہ علیہ، بستان الواعظین میں لکھتے ہیں کہ جس طرح حضرت یعقوب علیہ الصلوٰۃ والسلام کے بارہ بیٹوں میں سے سیدنا حضرت یوسف علیہ الصلوٰۃ والسلام اپنے والد ماجد کو زیادہ محبوب تھے۔ اسی طرح سال کے بارہ مہینوں میں سے رمضان شریف اللہ تعالیٰ کو زیادہ محبوب ہے اور جس طرح اللہ کریم نے سیدنا حضرت یوسف علیہ الصلوٰۃ والسلام کے واسطے باقی گیارہ بھائیوں کی مغفرت فرمائی ہے اسی طرح رمضان المبارک کی برکت سے گیارہ مہینوں کی خطائیں معاف فرمائے گا۔ (نزہتہ المجالس ج ا ص ۱۳۶)

حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ رمضان المبارک کی ہر رات میں ایک منادی آسمان سے طلوع صبح تک یہ ندا کرتا رہتا ہے کہ اے خیر کے طالب عمل کر اور خوش ہو جا۔ اور اے برائی کے چاہنے والے رک جا اور عبرت حاصل کر۔ کیا کوئی بخشش مانگنے والا ہے کہ اس کی بخشش کی جائے؟ کیا کوئی توبہ کرنے والا ہے کہ اس کی توبہ قبول کی جائے؟ کیا کوئی سوالی ہے کہ اس کا سوال پورا کیا جائے؟ اللہ بزرگ و برتر رمضان شریف کی ہر رات میں افطاری کے وقت ساٹھ ہزار گناہ گار دوزخ سے آزاد فرماتا ہے۔ جب عید کا دن آتا ہے تو اتنے لوگوں کو آزاد فرماتا ہے کہ جتنے تمام مہینہ میں آزاد فرماتا ہے۔ یعنی تیس مرتبہ ساٹھ ساٹھ ہزار۔

ماہ رمضان المبارک کی پہلی شب بعد نماز عشاء ایک مرتبہ سورۃ فتح پڑھنا بہت افضل ہے۔

ماہ رمضان کی پہلی شب بعد نماز تہجد آسمان کی طرف منہ کر کے بارہ مرتبہ یہ دعا پڑھنی بہت افضل ہے۔

لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ الْقَآئِمُ عَلٰی كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ۔

ان وظائف کے پڑھنے والے کو بے شمار نعمتیں اللہ پاک کی طرف سے عطا کی جائیں گی۔

ماہ رمضان المبارک میں روزانہ ہر نماز کے بعد اس دعائے مغفرت کو تین مرتبہ پڑھنا بہت افضل ہے۔

اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ الْعَظِیْمَ الَّذِیْ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ وَاَتُوْبُ اِلَیْهِ تَوْبَةَ عَبْدٍ ظَالِمٍ لَّا یَمْلِكُ نَفْسَهٗ ضَرًّا وَّ لَا نَفْعًا وَّ لَا مَوْتًا وَّلَا حَیٰوةً وَّ لَا نُشُوْرًا۝

رمضان شریف میں ہر نماز عشاء کے بعد روزانہ تین مرتبہ کلمہ طیبہ پڑھنے کی بہت فضیلت ہے۔ اول مرتبہ پڑھنے سے گناہوں کی مغفرت ہوگی، دوسری دفعہ پڑھنے سے دوزخ سے آزاد ہوگا، تیسری بار پڑھنے سے جنت کا مستحق ہوگا۔

شب قدر میں قبولیتِ دُعا: شب قدر میں ایک ایسی ساعت ہے کہ جس میں جو دعا مانگی جائے وہ قبول ہوتی ہے۔ لہٰذا مسلمانوں کو چاہیے کہ شب قدر میں ایسی جامع دعا مانگیں جو دونوں جہانوں میں فائدہ بخش ہو۔ مثلاً اپنے گناہوں کی بخشش اور رضائے الٰہی کے حصول کی دعا مانگی جائے۔ ام المومنین سیدہ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے عرض کی یا رسول ﷺ آپ ﷺ بتائیں کہ اگر مجھے لیلۃ القدر (شب قدر) کا پتہ چل جائے تو میں کونسی دعا مانگوں؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ تو یہ دعا مانگ **اَللّٰهُمَّ اِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّیْ** ”اے اللہ! بے شک تو معاف کرنے والا ہے اور معافی کو درست رکھتا ہے مجھے بھی معاف کردے“ (ابن ماجہ)

پانچ طاق راتوں کے نوافل: عابدوں اور زاہدوں کے طریقہ کے مطابق ان پانچ طاق راتوں میں حسب ذیل طریقہ سے نوافل پڑھے جائیں، جن کا ثواب بے پناہ ہے۔

اکیسویں رات: اکیسویں شب کو چار رکعت نماز دوسلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ القدر ایک ایک بار، سورۃ اخلاص ایک ایک مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے ستر مرتبہ درود پاک پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کے حق میں فرشتے دعائے مغفرت کریں گے۔

اکیسویں شب کو دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ القدر ایک ایک بار، سورۃ اخلاص تین تین مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے نماز ختم کر کے ستر مرتبہ استغفار پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز اور شب قدر کی برکت سے اللہ پاک اس کی بخشش فرمائے گا۔ ماہ رمضان المبارک کی اکیسویں شب کو اکیس مرتبہ سورۃ القدر پڑھنا بھی بہت افضل ہے۔

تیئسویں رات: ماہ مبارک کی تیئسویں شب کو چار رکعت نماز دوسلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ قدر ایک بار اور سورۃ اخلاص تین تین مرتبہ پڑھے۔ پھر بعد سلام کے ستر مرتبہ درود شریف پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ مغفرتِ گناہ کیلئے یہ نماز بہت افضل ہے۔ تیئسویں شب کو آٹھ رکعت نماز چار سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ القدر ایک ایک دفعہ، سورۃ اخلاص ایک ایک بار پڑھے۔ اور بعد سلام کے ستر مرتبہ تیسرا کلمہ پڑھے اور اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی بخشش طلب کرے۔ اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف فرما کر انشاء اللہ تعالیٰ مغفرت فرمائے گا۔ تیئسویں شب کو سورۃ یٰسین ایک مرتبہ، سورۃ رحمٰن ایک دفعہ پڑھنی بہت افضل ہے۔

پچیسویں شب: ماہ رمضان کی پچیسویں تاریخ کی شب کو چار رکعت نماز دوسلام سے پڑھے۔ بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ القدر ایک بار، سورۃ اخلاص پانچ مرتبہ، ہر رکعت میں پڑھے۔ بعد سلام کے کلمہ طیبہ ایک سو دفعہ پڑھے۔ درگاہ رب العزت سے انشاء اللہ بیشمار عبادات کا ثواب عطا ہوگا۔

پچیسویں شب کو چار رکعت نماز دوسلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ القدر تین مرتبہ، سورۃ اخلاص تین تین مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے ستر دفعہ استغفار پڑھے۔ یہ نماز بخشش کیلئے بہت افضل ہے۔ پچیسویں شب کو دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ القدر ایک مرتبہ، سورۃ اخلاص پندرہ پندرہ مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے ستر دفعہ کلمہ شہادت پڑھے۔ یہ نماز عذاب قبر سے نجات کیلئے بہت افضل ہے۔ پچیسویں شب کو سات مرتبہ سورۃ دخان پڑھے۔ انشاء اللہ اس سورۃ کے پڑھنے کے باعث عذاب قبر سے اللہ پاک محفوظ رکھے گا۔ پچیسویں شب کو سات مرتبہ سورۃ فتح پڑھنا ہر کسی کیلئے بہت ہی افضل ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 16 پر)

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

السر اور تیزابیت سے شفایابی

بہت سے مریضوں کے پاس السر کے لیے مہنگی دوائیں خریدنے کی استعداد نہیں ہوتی تھی۔ لیکن جب انہوں نے یہ نسخہ استعمال کیا تو سالوں کی بیماری حتیٰ کہ معدے کی تیزابیت، جلن، کھٹے ڈکار سمیت تمام بیماریاں بالکل ختم ہوگئیں۔

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

پُرتعیش زندگی نے جہاں مزاجوں میں بگاڑ پیدا کیا وہاں انسانی صحت بھی زوال پذیر ہوئی ہے۔ یہ بات تو سبھی جانتے ہیں کہ ہم جب بھی فطری زندگی سے روح گردانی کرینگے اور فطرت سے بغاوت دن رات اوڑھنا بچھونا بن جائے گا تو پھر ایسی لاعلاج بیماریاں جن سے معالج اور فریقین دونوں عاجز آچکے ہیں، پیدا ہونگی۔ آپ یقین جانئے ایسی غذائیں جن کا ذائقہ تو بہت اچھا اور خوشنمائی میں دلفریبی لذت ایسی کہ دیکھتے ہی منہ میں پانی بھر آئے۔ لیکن ان غذاؤں کا کیا کریں جو ہمارے جسم کو مریض اور معدہ کو چھلنی کر دے۔ آنتیں بالکل کمزور ہو جائیں اور ان کے اندر قوت ہاضمہ ناقص ہو جائے تو ایسے شخص کی زندگی کے شب و روز کیسے ہونگے۔ پھر اسکے چہرے کا کیا حال ہوگا۔ چاہے وہ ظاہر میک اپ سے اپنی رونق بحال کرنے کی کوشش کرے۔ دولت جمع کرنے کی دوڑ دھوپ، سرمایہ کاری میں سبقت لے جانے کا مزاج اور پھر اس میں نفع و نقصان کی ہر وقت سوچیں۔ راتوں کا بے چین شخص جو سوچوں میں سویا، فکروں میں کھویا اور یوں صحت سے ہاتھ دھویا۔ جی ہاں ایسے لوگ ایک ایسی تکلیف میں مبتلا ہوتے ہیں جسے معدے کا السر یا آنتوں کا زخم بھی کہتے ہیں۔ پھر یہی لوگ ہوتے ہیں کہ جو ذائقوں کی لذت سے محروم ہو جاتے ہیں کیونکہ پھر انہیں ساری عمر چٹخارے دار غذائیں اور زیادہ سوچ و فکر سے پرہیز کرنا پڑتا ہے۔ ابھی زیادہ عرصہ ہی نہیں گزرا ایک شخص اپنی داستان غم بیان کرتے ہوئے آبدیدہ ہوگیا کہ میرے پاس دنیا کی ہر نعمت ہے، وہ فوج کے ایک بڑے ریٹائرڈ آفیسر تھے۔ کہنے لگے میں جب بھی چاہوں اور جتنا چاہوں کوئی بھی چیز خرید سکتا ہوں لیکن کیا کروں ساری لذتیں اور سارے فائدے مجھ سے روٹھ گئے ہیں۔ میں کوئی بھی چیز کھاتے ہوئے کئی بار سوچتا ہوں کہ نامعلوم کہ میرے معدے اور آنتوں میں اس کا ردعمل کیا ہوگا، ہضم ہوگی، جزو بدن بنے گی یا مصیبت کا ذریعہ بن جائے گی۔ ٹھنڈی آہ بھر کر کہنے لگے کیا وقت تھا کہ لاہور کی ہر کھانے پینے والی دکان سے میری شناسائی تھی اور ہر چیز ہضم بھی ہو جاتی تھی۔ کبھی مجھے کھٹے ڈکار تک نہیں آئے تھے۔ لیکن اب صورتحال یہ ہے کہ تمام ٹیسٹ اور رپورٹیں مجھے السر بتاتی ہیں۔ میرے لیے چند غذائیں باقی رہ گئی ہیں اور میں انہی پر گزارہ کر کے زندگی کے شب و روز کاٹ رہا ہوں۔ جب تک ادویات کھاتا رہوں اور السر کے لیے سخت پرہیز کرتا رہوں تو فائدہ رہتا ہے۔ اگر پھر پرہیز یا دوائی (کی صرف ایک خوراک) بھی چھوڑ دوں تو سخت تکلیف کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ میں نے انہیں السر کے لیے یہ بار بار کا آزمودہ، بلامبالغہ ہزاروں مریضوں پر اس استعمال کے بعد کامیاب نسخہ انہیں دیا اور چند ہفتے استعمال کرنے کی ترغیب دی۔ شان کریمی سے بہت جلد صحت یاب ہوگئے۔ ایک خاتون اپنے جوان سالہ بیٹے کو ہمراہ لائیں۔ رنگ بالکل پیلا۔ پہلی نظر میں محسوس یہی ہوا کہ شاید اُس کو یرقان ہے۔ لیکن جب حالات سنے تو معلوم ہوا کہ معدے کا السر ہے۔ آنتیں بہت زیادہ متاثر ہیں۔ حیرانگی اس بات کی ہوئی کہ آخر اس پھول پر خزاں اتنی جلد کیوں آگئی؟ تحقیق حال کے بعد معلوم ہوا کہ غلط صحبت کی وجہ سے شراب، چرغہ، کڑاہی اور تیز چبھتا ہوا کولڈ ڈرنک اس کی بیماری کا سبب ہیں۔ اس کی زندگی سے یہ تمام چیزیں ختم کرا کر جو کا دلیہ، کسی وقت انار کا رس اور یہی نسخہ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ کچھ ہی عرصہ میں جوان واقعی جوان ہوگیا اور چہرے کی سرخی اس کی حقیقی عمر کی نشاندہی کر رہی تھی۔ قارئین کتنے ایسے واقعات ہیں کہ جن میں مریضوں کے پاس السر کے لیے مہنگی دوائیں خریدنے کی استعداد نہیں ہوتی تھی۔ لیکن جب انہوں نے یہ نسخہ استعمال کیا تو سالوں کی بیماری حتیٰ کہ معدے کی تیزابیت، جلن، کھٹے ڈکار، کھانا منہ کو آنا، کھانا کھانے کے فوراً بعد درد یا خالی پیٹ سخت تکلیف، یہ تمام بیماریاں بالکل ختم ہوگئیں۔ ایک اور فائدہ جو بار بار کے تجربات سے سامنے آیا وہ یہ ہے کہ ایسے لوگ جن کے اندر خون کی کمی تھی، چہرے کا رنگ سیاہ یا پیلا پڑ گیا تھا۔ جب انہوں نے اس دوا کو مستقل استعمال کیا تو بہت ہی اچھی تبدیلی رونما ہوئی اور خون کی کمی بالکل ختم ہوگئی۔ ایسے لوگوں کو بھی فائدہ ہوا جن کے خون میں سرخ ذرات کی کمی تھی یا ان کی ہیموگلوبین بالکل کم تھی۔ انہیں بھی اس کا بہت ہی زیادہ فائدہ ہوا۔ میرا ایک دفعہ کا نہیں بلکہ بار بار کا تجربہ ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 17 پر)

مُومن کے آنسو

مُومن کے بہنے والے آنسوؤں سے ڈرو، کیونکہ یہ رُلانے والے کو تباہ کر دیتے ہیں۔ (بنت۔ فیصل آباد)

امیر المومنین حضرت علیؓ نے فرمایا: سحر کے وقت مومن کے بہنے والے آنسوؤں سے ڈرو، کیونکہ یہ رُلانے والے کو تباہ کر دیتے ہیں اور جس کے حق میں دعا کریں اس کیلئے آگ کے دریا کو بھی بجھا دیتے ہیں۔

حضرت علیؓ کا فیصلہ: ایک غلام کو حضرت علیؓ کی خدمت میں لایا گیا جس نے اپنے آقا کو قتل کر دیا تھا۔ آپؓ نے اس سے پوچھا کہ کیا تو نے اپنے آقا کو قتل کیا ہے؟ اس نے کہا ''ہاں'' آپؓ نے پوچھا ''کیوں''؟ کہا کہ اس نے بجبر میرے ساتھ فعل بد کیا تھا۔ آپؓ نے مقتول کے ورثاء سے پوچھا کہ ''تم نے اسے دفن کر دیا'' انہوں نے کہا ''ہاں'' فرمایا ''کتنی دیر ہوئی'' جواب ملا ابھی ابھی۔ آپؓ نے خلیفہ ثانی سے فرمایا اس لڑکے کو تین روز تک بغیر کسی سزا کے قید رکھو اور مقتول کے ورثاء سے کہا کہ تین روز کے بعد میرے پاس آنا۔ تین روز بعد آپؓ حضرت عمرؓ کے ہمراہ مقتول کی قبر پر مع اس کے ورثاء کے پہنچے اور فرمایا کہ قبر کھول کر مردے کو باہر نکالو جب قبر کھولی گئی تو میت کا قبر میں نام و نشان تک نہ تھا۔ آپؓ نے فرمایا اللہ اکبر رسول اللہ ﷺ نے سچ کہا ہے کہ ''جو شخص میری اُمت میں سے قوم لوط کا سا عمل کرے گا اور اسی حالت میں مر جائے گا تو قبر کے اندر تین روز سے زیادہ نہ ٹھہرے گا۔ زمین اس کی لاش کو قوم لوط کے مسالکین کی طرف پھینک دے گی۔

حضرت حسینؓ نے فرمایا ''لوگو رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ''اگر کوئی کسی ظالم حکمران کو اس حالت میں دیکھے کہ وہ اللہ کی حرام کی ہوئی چیزوں کو حلال کرتا ہے اور اللہ کے عہد کو توڑتا ہے۔ سنتِ رسول ﷺ کی مخالفت کرتا ہے تو اگر وہ اپنی آواز یا عمل سے اسے نہ روکے تو وہ اُسی ظالم کی طرح عذاب کا مستحق ہے۔

جوڑوں کے درد کا نہایت آسان نسخہ

عبقری کے قارئین کے لیے اپنا آزمودہ نسخہ بھیج رہا ہوں۔ انشاءاللہ قارئین اس سے فائدہ حاصل کریں گے۔ **نسخہ ھوالشافی:** سونٹھ 50 گرام، کالی مرچ 50 گرام، میٹھا سوڈا 20 گرام تینوں چیزیں لے کر کوٹ چھان کر سفوف بنالیں۔ کھانا کھانے کے آدھا گھنٹہ بعد آدھا چمچ لے لیں، ان شاءاللہ شفا ہوگی (مرسلہ: حسن محمود اعوان۔ احمد پور شرقیہ)

سخت بخار: ایک دھاگے پر سورہ یٰس پڑھیں لفظ مبین پر دم کر کے گرہ لگائیں پھر مریض کے داہنے بازو پر باندھ دیں۔

دین اسلام انسانی صحت کا نگہبان

آپ ﷺ نے فرمایا ہماری ہدایات یہ ہیں کہ کھانا پیٹ بھر کر نہ کھایا جائے، بھوک کے بغیر ہرگز نہ کھایا جائے۔ کھانا سادہ اجزاء پر مشتمل ہو۔ زندہ رہنے کیلئے خوراک لی جائے نہ کہ خوراک کھانے کیلئے زندہ رہا جائے۔

(محمد منیر قریشی۔اعوان ٹاؤن لاہور)

یہ خیال غلط ہے کہ اسلام صرف آخرت کی فلاح و بہبود کا درس دیتا ہے بلکہ دنیاوی زندگی کو بھی خوش حال اور کامیاب بنانا اس کا مشن ہے۔ فردکی ذاتی زندگی اور معاشرے کی بہتری، دین کے قائم کردہ اصولوں کے عین مطابق چلنے سے ہی حاصل ہو سکتی ہے اور یہ بات تاریخ کے صفحات پر نمایاں ہے کہ اسلام نے بنی نوع انسان کو کس قدر اعلیٰ اقدار پر فائز کیا۔ ہم یہاں صرف اس کے ایک پہلو یا ایک جہت کی جانب اشارہ کریں گے۔ حضور نبی کریم ﷺ کے پاس ہمسایہ سپر پاور حکومت نے ہدیہ کے طور پر ایک طبیب بھیجا کہ وہ لوگوں کا مفت علاج کرے گا۔ خاصا عرصہ گزرنے کے باوجود اس کے پاس کوئی مریض نہ آیا۔ آخر تنگ آ کر وہ رخصت کی خاطر رحمتِ دو عالم ﷺ کے پاس آیا اور عرض کیا حضور ﷺ وہ راز بتا دیجئے کہ آپ ﷺ کی امت میں کوئی آدمی بیمار نہیں ہوتا۔ آپ ﷺ نے فرمایا ہماری ہدایات یہ ہیں کہ کھانا پیٹ بھر کر نہ کھایا جائے، بھوک کے بغیر ہرگز نہ کھایا جائے۔ کھانا سادہ اجزاء پر مشتمل ہو۔ زندہ رہنے کیلئے خوراک لی جائے نہ کہ خوراک کھانے کیلئے زندہ رہا جائے۔ وہ طبیب ہدایات کو لے کر واپس چلا گیا۔

عزیزانِ من آج حالت یہ ہے کہ صاحب ثروت لوگ یہ خیال کرتے ہیں کہ یہ دولت ان کو صرف کھانے پینے کیلئے ہی عطا کی گئی ہے۔ طرح طرح کے مشروبات اور ماکولات ایجاد کیے جا رہے ہیں۔ فاسٹ فوڈ کے نام سے کیا کچھ حلق سے نیچے اتارا جا رہا ہے۔ سبزی اور دالوں کی قدرتی نعمت کو چھوڑتے ہوئے، تیز مصالحوں، طرح طرح کے کوکنگ آئلوں سے تلی ہوئی دیر ہضم اشیاء، مرغ مسلم وغیرہ سے پیٹ کو بھرا جاتا ہے۔ پھر ڈکار لینے کیلئے تیز سوڈا واٹر پینا بھی فیشن بن گیا ہے یہ ساری باتیں ''آ بیل مجھے مار'' کے مصداق ہیں۔ بیماریاں بلا روک ٹوک آ دبوچتی ہیں۔ یہ حقیقت ہے کہ دل کی شکایات، گردوں کی شکایات اور جگر کی خرابیوں میں 80 فیصد امراء ہی مبتلا ہوتے ہیں۔ روپے کی ریل پیل سے اعتدال کا دامن ہاتھ سے چھوٹ جاتا ہے۔ پھر خاصا سرمایہ بھی خرچ کرنے سے صحت حاصل نہیں ہوتی۔

اکثر رشوت کا کمایا ہوا مال اسی طرح ضائع ہو جاتا ہے۔ ان سب عوارض سے بچنے کا واحد راستہ خوراک میں سادگی، سبزیوں اور پھلوں کا استعمال اور کھانے میں اعتدال ہے۔ حکیم محمد سعید شہیدؒ صرف ایک وقت کھانا کھانے کے قائل تھے۔ ان کے وضع کردہ اصول عین سنت نبوی ﷺ کے مطابق ہیں۔ بھوک کے بغیر کھانا حرام سمجھا جاتا تھا۔ دو کھانوں کے درمیان (5 سے 6 گھنٹے) سوائے پانی کے کچھ نہ کھایا جائے۔ آج سائنس دانوں اور طبیبوں نے جو ہدایات وضع کی ہیں وہ زمانہ نبوت ہی کی جاری کردہ ہیں۔ مثلاً کہا جاتا ہے کہ کھانے کے ساتھ سلاد (کھیرا، مولی، گاجر) کو ضرور استعمال کیا جائے۔ حضور نبی اکرم ﷺ کی حدیث پاک ہے کہ اپنے دسترخوان کو سبز پتوں سے زینت دیا کرو۔ سادہ خوراک کی ہدایت کا مقصد مناسب پرہیز بھی ہے۔ تیز مصالحوں، نشلیے اجزا اور بغیر ریشوں کی اشیاء سے بچنا ضروری ہے۔ ریشے والی غذائیں نظام ہضم میں مدد کرتی ہیں۔ سلاد کے پتوں کے علاوہ بند گوبھی، انجیر اور گیہوں کا بھوسہ (چھان) وغیرہ شامل ہیں۔ آج وٹامن گولیوں کا بہت رواج ہے۔ متوازن غذا اور پھل (ترشاوا) اس کی کمی کو بخوبی پورا کرتے ہیں۔ خاص طور پر وٹامن C سنگترے، امرود اور آملہ میں وافر مقدار میں ملتی ہے۔ دواؤں کی بجائے غذاؤں پر انحصار کریں تو زیادہ فائدہ ہے۔

خراب اشیاء جو بیماری پیدا کرتی ہیں ان میں میدہ، نمک اور سفید چینی کی زیادہ مقدار سرفہرست ہیں۔ تیل میں تلی اشیاء آلو، بینگن صرف چکھنے کی حد تک کھا سکتے ہیں۔ ان کا حد سے زیادہ استعمال (فاسٹ فوڈ) بیماریوں کا باعث ہے جن سے پھر چھٹکارا ناممکن ہو جاتا ہے اور یہ بیماریاں قبر تک لے جا کر چھوڑتی ہیں۔ زیادہ گوشت والی اور انڈوں کا بے تحاشا استعمال بھی خطرناک ہے۔ کولیسٹرول ایسی ہی غذاؤں سے زیادہ پیدا ہو کر دل کی بیماری کا باعث بن جاتا ہے۔ جس کا مداوا پھر مشکل ہے۔ خلاصہ ان معروضات کا یہ نکلتا ہے کہ دین کی تعلیمات دنیا اور آخرت کی نجات اور کامیابی کا بیمہ ہیں۔ ڈپریشن آج کی ایک عام (بقیہ صفحہ نمبر 28 پر)

طاقتور معدہ اور جگر

سفید زیرہ بدن کو دبلا کرتا ہے اور اس کا استعمال یرقان کی ابتدائی صورت میں نہایت مفید ثابت ہوتا ہے۔

(حکیم محمد اصغر سراج۔لاہور)

عربی	کمون ابیض	فارسی زیرہ سفید
سندھی	جیرو	انگریزی Carum

زیرہ دو قسم کا ہوتا ہے ایک سفید اور دوسرا سیاہ۔ زیرہ سیاہ مصالحہ جات میں زیادہ استعمال ہوتا ہے۔ دونوں کے ذائقہ میں قدرے فرق ہوتا ہے۔ ان دونوں کا مزاج گرم وخشک ہوتا ہے۔

(1) مقوی معدہ ہے، جگر اور آنتوں کو طاقت دیتا ہے۔ (2) ریاح اور ورم کو تحلیل کرتا ہے۔ (3) پھیپھڑوں کو قوی کرتا ہے (4) بدن کو گرم رکھتا ہے۔ (5) بلغم کو کم کرتا ہے۔ (6) سوزاک کے نسخوں کا اہم جزو ہے۔ (7) ماؤں کی چھاتی کا دودھ بڑھانے کے لیے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ (8) آنکھوں میں جالا، بھینگے پن اور ناخونہ کو دور کرنے کے لیے زیرہ سفید کو باریک پیس کر بطور سرمہ لگانے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔ (9) خوشبو بنانے میں بھی سفید زیرہ استعمال ہوتا ہے۔ (10) بعض قسم کے جریان میں بھی مفید ہے۔ (11) قوت باہ کو زیادہ کرتا ہے۔ (12) گردہ کو مضبوط کرتا ہے۔ (13) بچہ کی پیدائش کے بعد عورت کو سفید زیرہ، گڑ دیسی گھی میں ملا کر کھلانے سے اندرونی غلاظت دور ہو جاتی ہے۔ (14) اس کا استعمال بدن کو دبلا کرتا ہے۔ (15) صفرا کو دور کرتا ہے۔ اس سلسلے میں تین ماشہ زیرہ سفوف کی صورت میں ہمراہ پانی لیتے ہیں۔ (16) یرقان کی ابتدائی صورت میں مفید ہے۔ (17) پیشاب کی جلن دور کرنے کے لیے اور یرقان میں زیرہ سفید ایک ماشہ، مغز بادام سات عدد، الائچی سبز سات دانہ اور کوزہ مصری تین تولہ رگڑ کر پلاتے ہیں۔ بے حد مفید ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

گھریلو مالی معاملات بیوی کے سپرد کر دیجئے

شروع شروع میں انتظامی حوالے سے آپ کی بیوی سے کچھ غلطیاں سرزد ہوں گی، گھبرانے یا پریشان ہونے کے بجائے اس کی رہنمائی کیجئے، خود کما کر لائیے اور کمائی کو اچھے انداز میں صرف کرنے کا موقع اسے فراہم کیجئے

(عبدالحمید۔کراچی)

بیوگی ازدواجی زندگی کا ایک ایسا رخ ہے جس کی تمام تر اہمیت اور امکانیت کے باوجود ہر جوڑا اس سے نگاہیں چراتا ہے، اسے نظر انداز کرتا ہے اور اپنے آپ کو اس خوش فہمی میں مبتلا کیے رکھتا ہے کہ ہم ساری زندگی یوں ہی ایک دوسرے کے ساتھ رہیں گے اور ایک دوسرے کا سہارا بنے رہیں گے۔ ہمیشہ ایک دوسرے کا ساتھ نبھاتے رہنا بڑا خوش آئند تصور ہے۔لیکن حقیقی زندگی میں ایسا ہی ہوتا ہے۔

میاں بیوی میں سے کسی ایک کا متوقع وقت سے پہلے وفات پا جانا کوئی انہونی نہیں۔موت کا ایک وقت مقرر ہے اور کچھ بعید نہیں کہ بیوی شوہر سے یا شوہر بیوی سے بہت پہلے اس دنیا سے گزر جائے۔ بیوی کا گزر جانا شوہر کے غم واندوہ کا سبب ضرور بنتا ہے لیکن اپنی زندگی کو از سر نو ترتیب دینے اور خود کو سنبھالنے میں اسے کچھ زیادہ مشکل پیش نہیں آتی کیونکہ وہ ایک مرد ہے اور مردوں کو بچپن سے ہی اپنا خیال رکھنے اور خود کو سنبھالنے کیلئے تیار کیا جاتا ہے۔اس کے مقابلے میں شوہر کا گزر جانا بیوی کیلئے ایک ایسا سانحہ ہوتا ہے جو نہ صرف اس کی جذباتی بلکہ معاشی اور معاشرتی زندگی کو بھی تہ و بالا کر کے رکھ دیتا ہے۔ ہمارے یہاں عورتوں کو خود مختاری، خود انحصاری کا سبق نہیں دیا جاتا بلکہ یہ بتایا جاتا ہے کہ ساری عمر دوسروں کا سہارا لے کر چلنا ان کا مقدر ہے اور اپنے طور پر زندگی گزارنا ان کیلئے ممکن نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ شوہر کی موت کے بعد ایک بیوی کیلئے زندگی گزارنا بجائے خود ایک بہت بڑا مسئلہ بن جاتا ہے خصوصاً اس وقت جب وہ عمر کے اس حصے میں پہنچ چکی ہو جب کوئی دوسرا جیون ساتھی تلاش کرنا اس کیلئے ممکن نہ رہے۔ تب اس سے توقع رکھی جاتی ہے کہ وہ اپنا گھر خود چلائے، اپنے بچے خود پالے اور ان کی ذمہ داریوں سے خود سبکدوش ہو۔ عزیز رشتہ دار ایک حد تک مدد کر سکتے ہیں لیکن ساری عمر ساتھ نہیں نبھا سکتے۔بعضوں کو تو ایک حد تک ساتھ دینے والے بھی میسر نہیں آتے۔ایسی عورتوں کیلئے شوہر کے بغیر زندگی ایک ڈراؤنے خواب کی سی حیثیت رکھتی ہے۔ اللہ سب کو ایسی زندگی سے محفوظ رکھے لیکن حقیقت یہ ہے کہ ایسی زندگی بہت سی عورتوں کے حصے میں چار و ناچار آہی جاتی ہے۔ایسی عورتوں کو ہم نے بھی دیکھا ہے اور آپ نے بھی دیکھا ہوگا۔

بیوگی کی زندگی بہت مشکل ہوتی ہے اور اس وقت یہ اس سے بھی مشکل ہو جاتی ہے جب بیوہ اس زندگی کے اصول وضوابط سے ناآشنا ہو۔ بہت کم ایسا ہوتا ہے کہ کوئی مرد یہ سوچے کہ میرے بعد میری بیوی اور میرے خاندان کا کیا بنے گا؟ جب تک ہاتھ پیر چلتے رہتے ہیں وہ ایسا خیال بھی دل میں نہیں لاتا۔جب ہڈیاں کھڑکھڑانے لگتی ہیں اور جوڑ فریاد کرنے لگتے ہیں تب اسے یہ سوچنے کی فرصت ملتی ہے کہ اپنے گھر والوں کیلئے کچھ ایسا بندوبست کر جاؤں کہ میری موت کے بعد انہیں مالی مسائل سے عہدہ برآ ہونے میں دقت پیش نہ آئے۔ایسا بندوبست کیا ہو سکتا ہے؟ ظاہر ہے کوئی جائیداد یا روپیہ پیسہ وغیرہ ان کیلئے محفوظ رکھا جائے۔

یہ طریقہ اپنی جگہ بہت اچھا ہے لیکن اس کی افادیت دیرپا نہیں ہوتی۔پہلی بات تو یہ ہے کہ جائیداد بنانا یا روپیہ پیسہ اکٹھا کرنا ہر ایک کیلئے ممکن نہیں ہوتا۔مڈل کلاس کے گھروں میں خصوصاً جائیداد بنانے یا اپنی موت کے بعد کافی روپیہ پیسہ چھوڑ جانے کی روایت بہت کم نظر آتی ہے۔ کچھ عرصہ تو اس رقم کے سہارے گزارا جا سکتا ہے لیکن خالی بیٹھ کر کھاتے رہنے کی بدولت یہ بھی جلد ہی جواب دے جاتی ہے۔پھر آج کل کی مہنگائی اور افراط زر کے دور میں تو ایسی رقم پڑے پڑے بھی گھٹتی جاتی ہے۔ بھلے آپ اسے خرچ کریں نہ کریں۔ چونکہ زیادہ تر خواتین پیسہ سنبھالنے کے بنیادی اصولوں سے ناواقف ہوتی ہیں اس لیے پیسہ طریقے سلیقے سے خرچ کرنا ان کے بس سے باہر ہوتا ہے۔عموماً یہی دیکھنے میں آیا ہے کہ خاوند کی چھوڑی ہوئی رقم کچھ عرصہ کے بعد ختم ہوگئی اور گھر والے پھر دو وقت کی روٹی کیلئے دوسروں کا منہ دیکھنے پر مجبور ہوگئے۔

ان تمام حقائق کے تناظر میں اپنی بیوی کو بیوگی کے اصولوں سے آشنا کرنا کسی بھی مرد کی پہلی ترجیحات میں شامل ہونا چاہیے۔ کہتے ہیں موت کو ہمیشہ یاد رکھنا چاہیے۔ ہمارا بھی یہی عقیدہ ہے کہ موت کو ہمیشہ یاد رکھنا چاہیے۔اپنی آخرت کے حوالے سے بھی اور اپنے گزر جانے کے بعد اپنی بیوی بچوں کی فلاح کیلئے بھی۔ یہ ایک معقول طرز فکر ہے اور آپ کی توجہ کا نہایت مستحق بھی۔اس سے آپ کو ایک اور فائدہ ہو گا کہ مالی معاملات میں بیوی کو تربیت دینے کے بعد آپ کے اپنے بوجھ میں کمی ہو جائے گی۔آپ غیر ضروری تفکرات سے نجات پا سکیں گے اور زیادہ اچھے طریقوں سے اپنی ذمہ داریاں نبھا سکیں گے۔اس سلسلے میں سب سے پہلا قدم یہ ہے کہ گھریلو معاملات چلانے کی ذمہ داری بیوی کے حوالے کر دیجئے۔اپنی مردانہ انا کو آڑے نہ آنے دیجئے اور گھر کے مالی معاملات بیوی کے حوالے کر دیجئے۔ممکن ہے کہ شروع میں انتظامی حوالے سے اس سے کچھ غلطیاں سرزد ہوں' گھبرانے یا پریشان ہونے کے بجائے اس کی رہنمائی کیجئے' خود کما کر لائیے اور کمائی کو اچھے انداز میں صرف کرنے کا موقع اسے فراہم کیجئے۔اس کی مالی تربیت بھی ہوگی اور آپ کی ذمہ داریوں کے بوجھ میں کچھ کمی بھی آجائے گی۔

جب بیوی گھر کے مالی معاملات کو سنبھالنے لگے تو اسے علم ہوگا کہ میرے شوہر کی مالی پوزیشن کیا ہے، وہ کیا کرتا ہے اور کن کن طریقوں سے گزارے لائق رقم کا بندوبست کرتا ہے۔اپنے شوہر کے کاروبار یا ملازمت کے اسرار ورموز اس کی سمجھ میں آنے لگیں گے اور بہت ممکن ہے کہ آگے چل کر وہ ایسے معاملات میں اپنے شوہر کو مفید مشورے دینے کے قابل ہو سکے۔بہت سی خواتین جزئیات پر نگاہ رکھنے کی قدرتی صلاحیت سے مالا مال ہوتی ہیں۔مرد اپنی مصروف زندگی کی بنا پر ایسی باتیں نوٹ نہیں کر سکتے۔جو خواتین کی نگاہ میں آجاتی ہیں۔مالی معاملات کی سوجھ بوجھ حاصل کر لینے کے بعد آپ کی بیوی آپ کی بہترین مالی مشیر ثابت ہو سکتی ہے۔شوہر کی موت کے بعد اس کے چھوڑے ہوئے روپے پیسے کو اچھے انداز میں استعمال کرنا اس کیلئے ایک اضافی بونس کی طرح ہو گا۔گھر کے سربراہوں کی موت کے بعد ایک اور بڑا مسئلہ جس سے پسماندگان کا واسطہ پڑتا ہے یہ ہے کہ وہ سربراہ کے مالی معاملات سے یکسر ناواقف ہوتے ہیں۔نہ انہیں یہ علم ہوتا ہے کہ مرنے والے نے کس کا کیا دینا تھا (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

حاملہ عورت پر تخیلات کا اثر

(حکیم محمد اسماعیل امرتسری)

اگر آپ کی خواہش ہے کہ آئندہ پیدا ہونے والا بچہ زیادہ عقلمند ہو تو حاملہ کو چاہیے کہ وہ قدیم بزرگوں اور داناؤں کی تصنیفات یعنی وہ کتابیں کہ جن میں عقل و دانش، اخلاق و ادب کے مضامین و تذکرے درج ہوں، غور سے مطالعہ کرتی رہے۔

ہر شخص خواہ وہ کسی مذہب وملت سے تعلق رکھتا ہو، خوبصورت ہو یا بدصورت، نابینا ہو یا بینا، میانہ قد ہو یا سرو قد، امیر ہو یا غریب۔ ہر ایک کی یہی خواہش ہوتی ہے کہ اے خدائے خلق، مجھے نیک اور خوبصورت چندے آفتاب و چندے ماہتاب اولاد عطا کر۔ خوبصورتی کیا ہے؟......... تندرستی اور قوائے بدنی کا صحیح سالم ہونا، ہر ایک حصہ بدن کا متناسب اور موزوں ہونا (حسن کی) بنیاد ہے۔ حسین اور خوبصورت بچے پیدا کرنے کا راز کچھ بہت پیچیدہ نہیں۔ حاملہ کے خیالات ہی کا اثر بچہ کی صحت وخوبصورتی اور نیک و بد ہونے کا ذمہ دار ہے۔ لہٰذا اگر تندرست، نیک خصلت اولاد کی خواہش ہو تو بچہ کی ماں کو دوران حمل میں، خصوصاً جب کہ حیض والے ایام گزریں۔ (یعنی حمل سے پہلے دنوں میں حیض کے بعد) ماں کے تخیل ماحول، ذاتی رجحان کو ایسا ہونا چاہیے جیسا کہ والدین بچہ کے اندر دیکھنا چاہتے ہیں۔ اگر آپ کی خواہش ہے کہ آئندہ ہونے والا بچہ زیادہ عقلمند وہوشیار ہو تو حاملہ کو چاہیے کہ وہ قدیم بزرگوں اور داناؤں کی تصنیفات یعنی وہ کتابیں کہ جن میں عقل و دانش اخلاق و ادب کے مضامین و تذکرے درج ہوں غور سے مطالعہ کرتی رہے۔ اگر خود پڑھنا نہ جانتی ہو تو دوسروں سے پڑھوا کر سنا کرے۔ اسی طرح اگر حاملہ کی خواہش ہے کہ پیدا ہونے والا بچہ بہادر اور زور آور ہو تو ایسے قصے اور کہانیاں پڑھے جن میں بہادروں کے تذکرے ہوں اور اپنے دل میں ان کی بہادری و ہمت و استقلال وچستی و زور آوری اور زخم کھانے کی بے پروائی وغیرہ حالات پر گہری سوچ و بچار کرے۔ ان حالات کے بعد جو بچہ پیدا ہوگا، وہ کم وبیش ان اوصاف سے متصف ہوگا۔ اسی طرح حاملہ عورت جو شغل رکھتی ہو اور جس قسم کے خیالات و تفکرات و تجویزیں اپنے دل و دماغ میں رکھتی ہو۔ ان خیالات و اثرات کا عمل بچہ پر برابر پڑتا ہے۔ مثلاً حاملہ لیکچر یا تقریر سننے یا کہنے کی عادت ڈالے تو بچہ ایک زبردست لیکچرار کے اوصاف لیے ہوئے پیدا ہوگا۔ یعنی وہ اپنی عمر پر تعلیم حاصل کر کے بڑا تقریر کرنے والا زبردست لیکچرار ثابت ہوگا۔ اسی طرح حاملہ اگر خوبصورت مناظر کی تصاویر یا نقش ونگار، بیل بوٹوں کو بنایا کرے، یا بنظر عمیق دیکھا کرے تو اس کا بچہ ضرور ایک نامی گرامی نقاش ہو گا۔ غرض اسی طرح عورت اپنے ایام حمل میں خصوصاً حیض والے دنوں کے بالمقابل دنوں میں جن جن علوم وفنون کا شغل رکھے یا دماغ میں خیالات و تفکرات رکھے، انہی اوصاف اور خیالات کو لیے ہوئے بچہ پیدا ہوتا ہے۔

مضمون بالا سے خود قارئین سمجھ سکتے ہیں۔ اس سے یہ سمجھانا مقصود ہے کہ جس طرح خیالات کا اثر جسم انسانی پر ضرور پڑتا ہے۔ اسی طرح حاملہ کے تخیلات کا اثر اس کے بچہ پر ضرور ہوتا ہے۔ ان خیالات کو قارئین کے ذہن نشین کرانے کیلئے ہم چند واقعات قلمبند کرتے ہیں جن سے مضمون کے عنوان کی پوری پوری تصدیق ہوجائے گی۔

1۔ ہمارا اپنا چشم دید واقعہ: امرتسر میں ہمارے مکان کے عقب میں زنانہ مشن ہسپتال میں ایک ایسی مریض عورت داخل ہوئی جس کا وضع حمل نہ ہوتا تھا۔ یہ مریضہ جالندھر سے لائی گئی تھی۔ لیڈی ڈاکٹروں نے ہر چند کوشش کی کہ وضع حمل ہو جائے مگر ناکامی ہوئی۔ آخر اس کا آپریشن کیا گیا تو حیرانی کی کوئی حد نہ رہی کہ وہ انسانی بچہ نہ تھا۔ بالکل بندر کی شکل کا تھا۔ دم بھی موجود تھی۔ چنانچہ عورت تو خوف سے ہی مرگئی اس کے بعد وہ بچہ بھی مرگیا۔ تحقیق کرنے پر معلوم ہوا کہ عورت کو سٹہ بازی کا بہت شوق تھا۔ ہر چند قسمت آزمائی کی گئی مگر سٹہ نہ نکلتا تھا آخر جستجو کے بعد ایک فقیر ملا۔ اس نے ایک عمل بتایا کہ ہنومان کی تصویر کو سامنے رکھ کر اس عمل کو علی الصبح پڑھا کرو۔ ہنومان جی مہاراجہ سٹہ کا حرف بتا دیا کریں گے۔ عورت حاملہ تھی اور غیر معتقد۔ اس کیلئے ہنومان کی تصویر ایک نرالی چیز تھی۔ چنانچہ ہر روز ہنومان کی تصویر کو سامنے رکھ کر کچھ پڑھتی اور رات کو بھی وہ خیال دل میں لے کر سوجاتی کہ شاید آج ہنومان جی مہاراج کوئی ہندسہ بتا جائیں۔ ہندسہ تو ملنے سے رہا البتہ ہنومان جی مہاراج اس کے دل میں ایسا گھر کر گئے کہ عورت کے حمل سے جو بچہ پیدا ہوا وہ ہنومان جیسا تھا۔

2۔ تاریخ میں پڑھا ہوگا: کہ شہنشاہ اکبر کی والدہ جن دنوں حاملہ تھی ایک دن بیٹھی ہوئی اپنے پاؤں کو سوئی سے گود رہی تھی۔ اتنے میں ہمایوں حرم سرائے میں آیا اور مسکرا کر بیگم سے پوچھا کہ یہ کیا کر رہی ہو؟ بیگم نے جواب دیا کہ پاؤں میں گود کا نشان بناتی ہوں اور میری دلی خواہش ہے کہ میرے بچے کے پاؤں میں بھی یہ نشان ہوں۔ چنانچہ جب اکبر پیدا ہوا تو دیکھنے والوں نے دیکھ لیا کہ وہ نشان اکبر بادشاہ کے پاؤں میں موجود تھا۔

3۔ شہر بصرہ میں: خلیفہ ہارون الرشید کے زمانہ میں ایک حاملہ عورت ایک دفعہ ایک طوطے سے ڈر گئی۔ چنانچہ اس کے ہاں ایک لڑکی پیدا ہوئی جس کے تمام اوضاع واطوار اور اس کی آواز بھی طوطے سے مشابہت رکھتی تھی۔

4۔ ملک فرانس: کے وینگن نامی ایک گاؤں میں ایک دفعہ ایک شخص ایک لڑکی عوام الناس کو دکھانے کیلئے لایا جو پیدائش ہی سے ایک ہاتھ اور ایک پاؤں رکھتی تھی۔ ایک عورت کو جو تقریباً دو ماہ سے حاملہ تھی، اس عجیب الخلقت کو دیکھنے کا شوق پیدا ہوا۔ اس نے جا کر لڑکی کو خوب غور سے دیکھا۔ وہ عرصہ تک حیران ہو کر اس کو دیکھتی رہی۔ جب گھر گئی تو اس لڑکی کی صورت اس کے دل میں گہرا اثر کر گئی کہ کسی وقت بھی اس کے دل سے فراموش نہ ہوتی تھی بلکہ بعض دفعہ خواب میں وہی شکل دکھائی دیتی۔ ان خیالات سے اس کے دل میں یہ فکر پیدا ہوگئی کہ کہیں مجھے بھی ایسا عجیب الخلقت بچہ نہ ہو جائے۔ آخر وہی بات ہوئی۔ نو ماہ کے بعد ایک ایسی لڑکی پیدا ہوئی جس کا ایک ہاتھ اور ایک ہی پاؤں تھا۔

5۔ امریکہ کے شہر بوسٹن میں: ایک حاملہ عورت کو تین ماہ کا حمل تھا۔ ایک دن وہ ایک ریچھ کا بچہ دیکھ کر نہایت خوفزدہ ہوگئی۔ اس کا نہایت دردناک انجام یہ ہوا کہ ایام حمل کے بعد اس کے ہاں ایک پاگل لڑکا پیدا ہوا۔ جو چودہ سال کی عمر تک زندہ رہا۔ وہ اکثر اپنے جنون میں ریچھ کی سی حرکتیں کیا کرتا تھا حالانکہ اس عورت کے گیارہ بچے اور بھی تھے جو بالکل تندرست اور صحیح القویٰ تھے۔

ڈاکٹر لوئی کوہنی موجد قدرتی طریقہ علاج نے اپنی انگریزی کتاب نیو سائنس آف ہیلنگ میں چند واقعات قلمبند کیے ہیں۔

6۔ ایک عورت: جو قدرتاً چوہوں سے متنفر تھی اور ان سے از حد خوف کھاتی تھی۔ دوران حمل میں ایک مرتبہ اس کے ننگے ہاتھ پر ایک چوہا دوڑ گیا۔ چوہا دوڑنے کا خوف عورت کے دل سے دور نہ ہوسکا بلکہ خواب میں بھی اس کو اسی کا خیال رہتا تھا۔ چند ماہ کے بعد اس کے بچہ پیدا ہوا تو اس بچہ کے بازو پر ٹھیک اسی مقام پر (جہاں ماں کے چوہا دوڑا تھا) ٹھیک چوہے کی شکل کا نشان موجود تھا۔ لیکن

عام بخار: الحمد شریف مع بسم اللہ شریف کے ایک کاغذ پر لکھ کر بطور تعویذ گلے میں ڈال دیں، نیچے نام مریض مع والدہ کا نام بھی لکھیں۔

ہائی بلڈ پریشر کے لیے ''فشاری'' پر اعتماد

مشینی اور ٹیکنالوجی کے جدید دور نے انسانوں کو بظاہر سہولت، لیکن دراصل ایسے بھیانک عذاب میں مبتلا کر دیا ہے جو زندگی کی تمام سہولتوں کے باوجود انسان کو عاجز کر دیتا ہے۔ ان عاجز کر دینے والی بیماریوں میں ہائی بلڈ پریشر بھی ہے۔ اچھا خاصا انسان سر چکرانے، نیند نہ آنے اور وقت بے وقت ماحول سے پریشان ہو کر اپنے حواس کھو بیٹھتا ہے یا پھر کسی سے الجھ کر بعد کے مستقل پچھتاوے اور ندامت کے عذاب میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ ایسے انسان کو کہتے ہیں کہ آپ اپنے بلڈ پریشر کا علاج کریں یا پھر انسان خود کہتا ہے کہ بے بس ہوں۔ کیا کروں ہائی بلڈ پریشر نے عاجز کر دیا اور مجبور کر دیا ہے روزانہ جب تک یہ ادویات نہ کھاؤں، بلڈ پریشر کنٹرول نہیں ہوتا۔ ایسے مجبور اور بے بس لوگوں کے لئے خوشخبری ہے کہ وہ جڑی بوٹیوں سے استفادہ کریں اور ہائی بلڈ پریشر سے انشاء اللہ تعالیٰ ہمیشہ کے لئے نجات پائیں۔

قیمت:-/100 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوائی برائے دس یوم)

یہ مقام بازو کی بقیہ سطح پر بالکل ہموار تھا اور اس پر ایک خاص قسم کے بھورے بال بعینہ چوہے کے سے موجود تھے۔

7۔ایک عورت: چھٹی بار حاملہ تھی۔ خود اس عورت کے نیز اس کے شوہر اور پانچوں بچوں کے بال سیاہ تھے۔ موجودہ ایام حمل میں ایک لڑکی جس سے اس کو بہت دلچسپی اور محبت تھی۔ روزانہ اس کے پاس رہتی۔ اتفاقاً اس لڑکی کے بال بہت گھنے اور سرخ چمکیلے، لہرانے والے اور گھنگھر یلے تھے۔ اس قسم کے بال بہت کم دیکھنے میں آتے ہیں۔ وہ عورت اس لڑکی کو بہت شفقت سے عزیز رکھتی تھی اور اس کی دلی آرزو تھی کہ اس کے بچے کے بھی ایسے ہی بال ہوں اور بسا اوقات وہ اس بات کو خواب میں بھی دیکھتی تھی۔ پانچ مہینے کے بعد اس کے ایک لڑکی پیدا ہوئی جو شکل وصورت میں تو اپنے والدین سے ملتی جلتی تھی لیکن بال اس کے ٹھیک ویسے ہی عجیب اور سرخ نکلے جیسا کہ لڑکی مذکورہ کے تھے۔

8۔ایک عورت: جس کو تھوڑے عرصے کا حمل تھا بمعہ اپنے ایک کتے کے گاڑی میں جا رہی تھی۔ کتا کسی گزرنے والی شے کا گرویدہ ہو کر گاڑی سے دفعۃً ایسا کودا اور ایسا گرا کہ گاڑی کا پہیہ اس کے سر پر سے گزر گیا۔ اس وقوعہ سے اس عورت کو ایسا صدمہ پہنچا کہ وہ کتے کے کچلے ہوئے سر کے نظارہ کو فراموش نہ کر سکی۔ 6 ماہ کے بعد اس کے بچہ پیدا ہوا تو وہ مردہ تھا اور اس بچہ کا سر کچلی ہوئی شکل کا تھا۔

9۔ایک عورت کو: بچہ پیدا ہوا جس کا دہن اس کے ایک کان سے دوسرے کان تک کھلا ہوا تھا۔ پیدا ہونے کے بعد بچہ فوراً مر گیا۔ اس عجیب ساخت اور بناوٹ کا سبب یہ تھا کہ ایام حمل میں اس عورت نے ایک نقال کے مصنوعی چہرہ کو دیکھا تھا جس کا دہن ایک کان سے دوسرے کان تک کھلا تھا۔ اس عجیب وغریب چہرہ کو دیکھ کر عورت بہت خوفزدہ ہوگئی اور ایسی دہشت اُس پر طاری ہوگئی کہ وہ رات تک نہ سو سکی۔ ڈاکٹر صاحب موصوف کا خیال ہے کہ یہ بات خاص ان دنوں پیش آئی جن دنوں اس کو حیض آیا کرتا تھا ورنہ اس کا اثر اس قدر نمایاں نہ ہوتا۔

10۔فرانس کے: ایک معزز خاندان کی ایک لیڈی ڈاکٹر کا ذکر کرتے ہیں کہ اس کے ہاں ایک سیاہ فام لڑکا پیدا ہوا جو شکل وصورت سے بالکل حبشی غلاموں کے مشابہ تھا۔ خاوند کے دل میں اپنی بیوی کی طرف سے بدظنی پیدا ہوگئی۔ باہم تکرار و حجت ہو کر عدالت تک نوبت پہنچی۔ عدالت نے اصل واقعہ کی تحقیق کیلئے ڈاکٹروں کا ایک کمیشن مقرر کیا۔ چنانچہ اس تحقیق سے ثابت ہوا کہ وہ عورت محض بے قصور تھی۔ اس کی نشست گاہ کے سامنے ایک حبشی کی تصویر تھی اور چونکہ وہ عین سامنے تھی لہٰذا اس لیڈی کی نظر اکثر اس پر پڑا کرتی تھی۔ تمام ایام حمل میں وہ تصویر لیڈی مذکور کے تصور پر اپنا عمل کرتی رہی۔ اس لیے جو بچہ پیدا ہوا وہ اس تصویر سے مشابہ نکلا۔ اس فیصلہ سے خاوند کو تہمت کے الزام میں جرمانہ ہوا اور عورت بری کر دی گئی۔

11۔شاہ روم: کا ایک حبشی وزیر اس بات کا خواہاں ہوا کہ اس کے ہاں ایک حسین وجمیل لڑکا ہو۔ اس غرض کیلئے اس نے حکیم جالینوس سے جو اس زمانے میں حکماء فضلاء کا استاد مانا جاتا تھا، مشورہ کیا۔ حکیم موصوف نے ہدایت فرمائی کہ تین خوبصورت مناظر کی تصاویر بنائی جائیں اور بستر عروسی کے تین طرف لگائی جائیں اور وقت مقاربت نیز ایام حمل میں زوجہ ان کی طرف دیکھے۔ وزیر مذکور نے اس نصیحت پر عمل کیا۔ چنانچہ اس وجہ سے اس کے ہاں ایک نہایت حسین وجمیل بچہ پیدا ہوا۔

12۔یورپ کی: ایک غریب ترین عورت جس کی گزران چھینٹ دار کپڑے کے تار و پود درست کرنے پر تھی۔ وہ رات دن تاروں کے شمار کرنے اور ترتیب دینے میں مشغول رہا کرتی تھی۔ اسی اثنا میں اس کے حمل ہوا۔ مدت مقررہ کے بعد اس کے لڑکا پیدا ہوا جو علم حساب میں یورپ بھر میں شہرہ آفاق اور نامی گرامی مصنف گزرا ہے۔

13۔نپولین بوناپارٹ: کے متعلق کہا جاتا ہے کہ اس کی والدہ جب حاملہ تھی تو اپنے خاوند کے ساتھ لڑائی اور فساد کے دنوں میں شریک حال رہی۔ میدان کارزار اور ہنگامہ قتل وجدال وہ اپنی آنکھوں سے دیکھا کرتی۔ وہ ان مناظر دہشت ناک سے اتنی خوگیر ہوگئی کہ سوتے جاگتے چلتے پھرتے ان کا نقشہ اس کے پیش نظر رہنے لگا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ ایام حمل کے بعد اس کے ہاں جو لڑکا پیدا ہوا وہ بچپن ہی سے فنون سپاہ گری کا عاشق زار نکلا اور بڑا ہو کر ایسا شجاع دلیر خونخوار بادشاہ ہوا کہ جس نے یورپ کی آزادی کو نہایت سخت خطرہ میں ڈال دیا۔ اسی شخص کا نام نپولین بوناپارٹ تھا۔

14۔زمانہ قدیم میں: اہل یونان اس رسم کے پوری طرح پابند تھے کہ وہ نہایت مشہور ومعروف لائق وفائق شجاع اور بہادر لوگوں کی تصویر بناتے اور حاملہ عورتوں کو ان تصاویر کو دیکھنے کی تاکید کرتے اور خود بھی ان کی داستانیں انہیں سناتے تاکہ ان کا پیدا ہونے والا بچہ خوبصورت اور بہادر ہو۔

15۔ہندوستان: خصوصاً پنجاب میں شادی کے موقعہ پر دلہن کو ایک قسم کا زیور پہنایا جاتا تھا جس کو آرسی کے نام سے پکارا جاتا تھا۔ یہ بائیں ہاتھ کے انگوٹھے میں پہنایا جاتا تھا۔ اس میں ایک شیشہ لگا ہوتا ہے جس سے دلہن اپنا چہرہ دیکھ سکتی ہے۔ آج کل اس کا استعمال تقریباً مفقود ہو چکا ہے مگر بزرگوں نے اس نظریہ کے پیش نظر اس کو رواج دیا تھا تاکہ شب عروسی میں اور اس کے بعد عورت اپنے چہرہ کو دیکھا کرے تاکہ جو بچہ پیدا ہو وہ اپنی نسل پر اپنی شکل وشباہت لیے ہوئے ہو۔

ان بیانات سے قارئین بخوبی سمجھ گئے ہوں گے کہ بچوں کی مختلف خصلتوں اور مزاجوں کا انحصار اکثر ان حالتوں اور کیفیتوں پر ہوا کرتا ہے جو کہ ان کی ماؤں کی ان کے زمانہ حمل کے ایام میں رہی ہوں۔ عورت اگر عقلمند ہو اور تدابیر مذکورہ سے سبق حاصل کرے تو اپنی منشا کے مطابق نہ صرف خوبصورت اور حسین بچے پیدا کر سکتی ہے بلکہ لائق بہادر اور دیگر صفات حسنہ سے موصوف بچے پیدا کرنے کا اختیار بھی قدرت کی طرف سے اس کو دیا گیا ہے۔

پھنسیوں کا علاج: ایک پیاز کو ایک پاؤ پانی میں ابال کر ساتھ آٹھ روز تک پینے سے پھوڑے پھنسیاں ٹھیک ہو جاتی ہیں۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

چہرے پر چھائیاں

ہم لوگ گاؤں میں رہتے ہیں اور مہینے میں ایک بار پشاور آتے ہیں۔ میرے چہرے پر چھائیاں ہیں۔ مجھے کوئی آسان سانسخہ بتائیے جس سے چھائیاں ختم ہوجائیں۔ (ماہ گل۔ پشاور)

☆ بی بی! چہرے پر چھائیاں عموماً خون کی کمی سے بھی پڑتی ہیں۔ چھائیوں کیلئے ایک بڑا ہی سادہ اور آسان ٹوٹکا ہے یوں کریں کہ کوئی خالی شیشی لیں اور اسے اچھی طرح دھو کر خشک کر لیجئے۔ اب اس میں آدھی شیشی تازہ مکھن ڈالیے اور ایک ٹکیہ مشک کافور ہاتھ سے مسل کر ملا دیجئے۔ منہ دھو کر صبح شام یہ مکھن لگائیے۔ یاد رکھیں کہ بیسن سے منہ دھونا ہے کسی صابن سے نہیں۔ علاوہ ازیں مالٹے، کینو کے چھلکے پیس کر ہفتہ میں دوبار چہرے پر لگائیے۔ دودھ، دہی اور تازہ چھاچھ کا استعمال زیادہ کیجئے۔ کچے پکے شلجم اور گاجریں خوب کھائیے اور قبض نہ ہونے دیں، انشاء اللہ آپ کی صحت آہستہ آہستہ بہتر ہوجائے گی۔ دھوپ میں زیادہ دیر کام نہ کیجئے، دھوپ کی وجہ سے بھی چہرہ سنولا جاتا ہے۔ دھوپ میں کام کرنا پڑے تو سر اچھی طرح چادر سے ڈھانپ لیجئے تاکہ براہ راست دھوپ چہرے پر نہ پڑے۔ علاوہ ازیں اپنی خوراک کا خیال رکھیے۔ مصالحے دار، تلی ہوئی اشیاء اور گوشت وغیرہ سے مکمل اجتناب کریں۔ تازہ سبزیاں اور پھل اپنی غذا میں شامل کیجئے۔

ناخن کی بیماری

کئی خواتین نے شکایت کی ہے کہ ہمارے ناخن کھوکھلے ہو جاتے ہیں، باوجود علاج اور دوا کے کسی طرح ٹھیک نہیں ہوتے۔ ایک خاتون حاملہ ہیں اور وہ اب دوا نہیں کھا سکتیں۔ دوسری خاتون نے بہت سارے لوشن اور کریمیں استعمال کیں مگر ان کے ناخن مزید خراب ہوتے جارہے ہیں۔

☆ حاملہ خاتون سے عرض ہے کہ وہ اپنی ڈاکٹر سے مشورہ کرکے کیلشیم اور حیاتین تجویز کروائیں کیونکہ خون کی کمی سے بھی ناخن متاثر ہوتے ہیں۔ حمل کے دوران یا زچگی کے بعد خون کی کمی ہو تو ناخن بھربھرے ہونے لگتے ہیں۔ خواتین کو چاہیے کہ روزانہ کی خوراک میں دودھ، گوشت ایک بڑا سیب، تازہ سبزیاں اور پھل وغیرہ ضرور شامل کریں۔ ناخن پالش اتارنے والے لوشن بھی ناخنوں کو خراب کرتے ہیں۔ جب ناخن پر پالش کی تہہ جمتی ہے تب بھی ناخن مرجھانے لگتے ہیں۔ کچھ خواتین برتن دھوتے وقت ہاتھوں کو محفوظ رکھنے کیلئے مختلف لوشن استعمال کرتی ہیں ان سے بھی ناخن خراب ہوتے ہیں۔

کپڑے دھونے کیلئے آجکل صابن کے بجائے پاؤڈر استعمال ہوتے ہیں، غیر معیاری پاؤڈر بھی جلد اور ناخن خراب کرتے ہیں۔ اکثر دیکھنے میں آیا ہے کہ ان سے جلدی داد بھی ہوجاتا ہے جو بڑی مشکل سے ٹھیک ہوتا ہے۔

ایک علاج یہ ہے کہ لہسن کی ثابت پوتھیاں اچھی طرح دھو کر پانی کے بڑے پیالے میں بھگو دیجئے۔ اگلے دن اس کا پانی کسی چھوٹے پیالے میں ڈال کر پانچ منٹ کیلئے صبح شام اس میں ناخن بھگوئیے اور لہسن چھیلئے...... اس کے علاوہ مہندی کے پتوں کو پھلوں کے سرکہ میں بھگو کر، پیس کر مرہم کی طرح لگائیے۔ اچھی کوالٹی کا پھل والا سرکہ لیں، گندمی رنگ کا ہو۔ سرکہ بھی ناخن کے امراض دور کرتا ہے۔ ایک ترکیب یہ ہے کہ مہندی کے مٹھی بھر پتے، زیتون کے تیل میں اچھی طرح پکا کر چھان کر رکھ لیجئے۔ رات کو سوتے وقت یہ تیل ناخنوں پر لگائیے اور غذا کا خاص خیال رکھیے۔ غذا اچھی ہوگی تو تازہ خون بنے گا، یوں صحت ٹھیک رہے گی۔

ناک کی بدبو

ساتویں جماعت سے میری بچوں کی طرح ناک بہہ رہی ہے۔ بہت علاج کرایا لیکن افاقہ نہیں ہوا۔ اب گریجویٹ ہوں۔ ہر وقت ناک صاف کرتے کرتے میری ناک لمبی ہو گئی ہے۔ ناک سے اتنی شدید بو آتی ہے کہ دوستوں میں بیٹھ نہیں سکتی۔ ہر وقت تنہا بیٹھی سوچتی رہتی ہوں۔ گھر والے بھی تنگ آگئے ہیں۔ (صائمہ، لاڑکانہ)

☆ محترمہ! ناک لمبی ہونا تو محاورہ ہے بہر حال آپ پریشان نہ ہوں، آپ کے گھر کے آس پاس نیم کا درخت ہوگا، اس سے نیم کے پتے توڑ کر لائیے۔ مٹھی بھر پتے تین گلاس پانی میں ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیے، جب آدھا پانی رہ جائے تو اتار لیں۔ نیم گرم پانی ناک میں وضو کی طرح ڈالیں، آدھا پانی صبح اور آدھا شام کو۔ مزید براں ایک چمچہ کلونجی سات چمچے زیتون کے تیل میں ڈال کر ہلکی آنچ پر پانچ منٹ پکا کر چھان کر شیشی میں رکھ لیں۔ رات کو سوتے وقت ناک میں اندر کی طرف یہ تیل لگائیں۔

سردی سے نزلہ

ضلع مظفر گڑھ سے خالدہ یسٰین صاحبہ اپنی بچی کے متعلق پوچھتی ہیں۔ پونے تین سالہ بچی سردی شروع ہوتے ہی نزلہ، زکام، اور کھانسی میں مبتلا ہوجاتی ہے اور اسے ٹیکے لگوانے پڑتے ہیں۔ انہوں نے پوچھا کہ سردی سے بچنے کی کیا تدابیر اختیار کی جائیں؟

☆ خالدہ یسٰین صاحبہ! کچھ بچے قدرتی طور پر کمزور ہوتے ہیں۔ ان کے لباس کا خاص خیال رکھنا چاہیے۔ ضروری ہے کہ ان کا سینہ گرم رہے لہٰذا گرم بنیان اور سویٹر نیچے پہنائیے۔ سینے پر رات کو Vicks مل دیا کیجئے۔ بچی کو دیسی انڈے کی زردی روز کھلائیے اور شہد بھی کھلائیے۔ بچی کو ننگے پاؤں نہ پھرنے دیں اور موزے جوتے پہنا کر رکھیے۔ احتیاط اور غذا سے آپ بچی کو محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ آپ کے علاقے میں جو اچھا ڈاکٹر ہو اسے بچی کو دکھائیے اور وہ جو دوا تجویز کریں باقاعدگی سے بچی کو دیں۔

گردے میں پتھری

میری والدہ محترمہ کا گردے کا آپریشن ہوا تو دوران آپریشن ان کے گردے سے کالی پتھری نکلی۔ ماں جی ٹھیک تو ہوگئی ہیں مگر بھوک نہیں لگتی، گردے میں درد رہتا ہے اور پیٹ پھول جاتا ہے۔ دوسرے گردے میں بھی پتھری بن رہی ہے۔ کیا وہ بغیر آپریشن کے خارج ہوسکتی ہے؟ ماں جی دوبارہ آپریشن کروانے پر رضا مند نہیں۔ ان کی تکلیف دیکھی نہیں جاتی۔ انہیں ہسپتال لے جاتے ہیں تو ڈاکٹر کہتے ہیں کہ یہ ٹھیک ہیں اور تسلی دے کر بھیج دیتے ہیں۔ آپ کوئی مشورہ دیجئے (بتول۔ کراچی)

☆ محترمہ جس جذبہ کے ساتھ آپ نے خط لکھا ہے وہ قابل تحسین ہے۔ جو لوگ ماں باپ کی خدمت کرتے ہیں اس کا اجر انہیں دنیا میں بھی ملتا ہے اور آخرت میں بھی۔ ماں کی دعا ضرور قبول ہوتی ہے۔ آپ کی والدہ محترمہ کیلئے میں نے یہ دوا تجویز کی ہے، ٹھنڈی مراد 5 بار روزانہ مستقل دو ماہ استعمال کریں۔

(بقیہ: تنگی اور افلاس سے نجات)

پھینک دیگا، تو دریا خشک ہوجائے گا۔ اگر بند دریا پر اکیس مرتبہ پڑھ کر دم کریگا تو دریا جاری ہوگا۔ اگر زمین پر ایک کنڈل بنا کر سو بار اللہ الصمد پڑھ کر دم کریگا تو زمین اس کیلئے چھوٹی ہوجائے گی اور جہاں جانا چاہے گا چند لحموں میں پہنچ جائے گا۔ خواہ ہزار کوس کا فاصلہ کیوں نہ ہو۔

بحوالہ'' کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں)

چھینک ہٹیلی بیماریوں کا قدرتی علاج

ایک دو چھینکوں کا مطلب ہے کہ بندہ مکمل نارمل ہے اور شعور مکمل کنٹرول میں ہے۔ تین چار کا مطلب ہے کہ بندہ نارمل ہے اگر وہ اپنی سوچوں پر کنٹرول رکھے۔ یعنی بندہ حساس ہے۔

(زاہدہ رحمٰن خان۔ چنیوٹ)

چھینک اللہ پاک کی وہ نعمت ہے جس کی وجہ سے شعور کا نظام نارمل طریقے سے جاری وساری ہے۔ خدانخواستہ انسان کو جب زندگی میں کوئی مسئلہ پیش آتا ہے تو وہ پریشان ہو کر اس مسئلے پر سوچنا شروع کر دیتا ہے۔ شعور کا سوچنے والا حصہ متحرک ہو جاتا ہے یعنی یادداشت، یادداشت کو کنٹرول کرنے والی لہریں متحرک ہو جاتی ہیں۔ یہ سلسلہ اگر حد سے زیادہ تجاوز کر جائے اور یادداشت پر دباؤ پڑے یعنی یادداشت متاثر ہونے لگے تو انسان کو چھینکیں آ جاتی ہیں۔ چھینک آنے کی وجہ سے یادداشت کی متاثرہ لہریں واپس اپنی درست سمت میں کام کرنے لگتی ہیں لہٰذا انسان جب اپنے شعور پر دباؤ ڈالے گا اس کو چھینکیں آ سکتی ہیں۔

چھینکیں آنے سے انسان ہشاش بشاش ہو جاتا ہے کیونکہ چھینکوں سے متاثرہ لہریں اپنے مدار میں واپس چلی جاتی ہیں۔ آپ کہہ سکتے ہیں کہ شعور کو کنٹرول میں رکھنے کیلئے اللہ پاک نے چھینکوں کو بنایا ہے۔ اس لیے انسان ہشاش بشاش ہو جاتا ہے اور مسئلہ اپنے آغاز میں چلا جاتا ہے یعنی آغاز کی لہروں میں جہاں سے مسئلے کو قابو کرنا انسان کیلئے بہت آسان ہوتا ہے۔ یہ حالت ایک نارمل انسان کے شعور کی بیان کی گئی ہے لیکن حالات سے متاثرہ حساس شخص جسے نفسیاتی مریض کہتے ہیں۔ ایک لائن پر سوچ سوچ کر اپنے شعور پر دباؤ ڈالتا رہتا ہے تو شعور کا نظام جس میں نیند، دل، یادداشت، جمائی اور چھینکیں آتی ہیں ان میں سے کوئی ایک نظام بھی متاثر ہو جائے تو باقی نظام بھی متاثر ہو جاتے ہیں کیونکہ یہ نظام جذباتی نظام کے تحت آپس میں لہروں کے ذریعے جڑے ہوئے ہیں۔

جذباتی نظام چاہے تھوڑا بگڑا ہو یا زیادہ صرف چھینکوں کی بدولت ہم واپس اپنا شعوری نظام مکمل طور پر بحال کر سکتے ہیں۔ ایسے موقع پر نیند متاثر ہو جاتی ہے یعنی اڑ جاتی ہے۔ نیند کی گولیاں یا نیند کا انجکشن شعوری نظام کو مزید تباہ و برباد کر دیتے ہیں کیونکہ لہریں اپنے مدار سے باہر ہوتی ہیں اور انجکشن انہیں مزید بکھیر دیتا ہے یعنی الجھا دیتا ہے۔

اس لیے نفسیاتی مریض ایسی ادویات سے مزید بگڑتا جاتا ہے۔ کوئی بھی حساس انسان اس وقت تک چوکنا نہیں ہوتا اور نہ فکرمند ہوتا ہے جب تک اس کی نیند نہ اڑے یا اسے چکر نہ آئیں۔

مسلسل توجہ کی مشقوں سے لہروں میں مرکزیت اس وقت بحال ہو جائے گی۔ جب مریض کو چھینکیں آئیں گی یعنی شعور رواں دواں ہو جائے گا۔ ایسے موقعہ پر دو قسم کی مشقیں کی جا سکتی ہیں۔

(1) مطالعہ (2) پہلے چار کلموں کی تسبیحات

طریقہ: پہلے جتنی دیر مریض مطالعہ کر سکے اس کے بعد دائیں کروٹ لیٹ کر باری باری پہلے چار کلموں کی تسبیحات کریں چھینکیں آنے تک۔ چھینکیں آنے پر الحمدللہ ضرور پڑھیں۔

یاد رکھیے: دنیا کی کوئی دوائی آپ کے شعور کی لہروں کی درست سمت کا تعین نہیں کر سکتی۔ سوائے توجہ اور پرسکون رہنے والی مشقوں کے اور نہ ہی دنیا کی کوئی دوائی آپ کی نیند واپس لا سکتی ہے۔ سوائے توجہ کی مشقوں کے۔ چھینکوں کی مثال شعور کے نظام میں ایسے ہے۔ جیسے ویران جنگل میں نیک بزرگ بابا جی۔ جو شہزادے کو ظالم جادوگر تک پہنچنے کا راستہ بتاتے ہیں اور ساتھ منتر بھی تاکہ ظالم جادوگر کا جادو اثر نہ کر سکے۔ یہاں شعور کو میں ایک ویران جنگل سے تشبیہ دوں گی اور توجہ کی مشقیں منتر ہیں۔ جبکہ نیند وہ شہزادی ہے جسے حاصل کرنا ہے۔

توجہ اور پرسکون رہنے والی مشقوں سے شعور کو کنٹرول کریں اور کسی کو چاروں کلمے نہ آتے ہوں تو وہ پہلے کلمے کی تسبیح نیند بحال ہونے تک کرتا رہے۔ یاد رہے کہ کلمہ کی تسبیح میں زبان سے الفاظ ادا کرنے ضروری ہیں۔ یعنی زبان کی حرکت ضروری ہے۔

توجہ کی مشقوں سے دو قسم کی تبدیلی آئے گی یعنی چھینکیں اور اُبکائی۔ چھینکیں شعور کو نارمل بناتی ہیں اور ابکائی دل کو نارمل بناتی ہے یعنی گھٹن ختم کرتی ہے اسی طرح ڈپریشن کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے۔ پرانے نفسیاتی مریض جب اپنے شعور کو بیدار کر کے نارمل زندگی کی طرف لوٹیں گے تو وہ اپنی چھینکوں سے اندازہ لگا سکتے ہیں کہ وہ نارمل ہونے کی کس حد پر ہیں۔

ایک دو چھینکوں کا مطلب ہے کہ بندہ مکمل نارمل ہے اور شعور مکمل کنٹرول میں ہے۔ تین چار کا مطلب ہے کہ بندہ نارمل ہے اگر وہ اپنی سوچوں پر کنٹرول رکھے۔ یعنی بندہ حساس ہے۔ پانچ، چھ، سات، آٹھ، نو، دس کا مطلب ہے کہ مریض کی سوچ اب نارمل ہے مگر ابھی لہریں مکمل درست سمت تک نہیں پہنچیں اور ابھی منزل دور ہے۔ محنت کی ضرورت ہے۔ وقتی فطری نیند تو حاصل ہو جائے گی مگر جب تک چھینکوں کی تعداد دو نہ ہو جائے مریض خود کو مکمل ٹھیک نہ سمجھے۔

اگر نفسیاتی مریض کو الرجی ہو یعنی آنکھوں ناک سے پانی بہنے کے ساتھ ساتھ چھینکیں آتی ہوں تو اگر وجہ نفسیاتی خامی ہے تو توجہ کی مشقوں سے آہستہ آہستہ الرجی پر قابو پا ئیں۔ جیسے جیسے آپ نارمل زندگی کی طرف آتے جائیں گے چھینکوں کی تعداد کم ہوتی جائے گی۔ نفسیاتی مریض کی الرجی بھی ان مشقوں سے ہمیشہ ہمیشہ کیلئے ٹھیک ہو جائے گی۔ نارمل ہونے کے سفر میں کیونکہ نفسیاتی مریضوں کی الرجی بھی شعور کی ڈسٹرب لہروں کی وجہ سے ہوتی ہے لہٰذا نارمل ہونے کے سفر میں نفسیاتی مریض کو لڑائی جھگڑے اور غصے سے دور رہنا چاہیے اور پرسکون رہنے کی کوشش کرنی چاہیے اور حکمت عملی سے اپنے مسائل اور پریشانیوں سے دور رہنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ اگر آپ کو حکمت عملی یا رہنمائی کیلئے راستہ نہ مل رہا ہو تو مکمل رہنمائی اور مدد کیلئے کسی مستند معالج سے رجوع کریں۔

توجہ کی مشقوں سے متاثر لوگوں میں کوئی بھی تبدیلی آئے مثلاً نیند میں جانے سے جھٹکا لگے یا شور سنائی دے۔ یہ شور درخت کے پتوں کے شور جیسا بھی ہو سکتا ہے یا ہوا کا یا چیزوں کے گھسیٹنے کا یا جنات کی موجودگی کا احساس ہونا، آنکھ کھلنے پر بہت کچھ نظر آنا۔ یہ سب اگر آپ کے ساتھ ہوا بھی تو چند لمحوں کیلئے ہو گا۔ یہ وقتی تبدیلی ہے جو شعور کی تحریک کی وجہ سے پیش آتی ہے جب شعور کی متاثرہ لہریں اپنے مدار میں صحیح کام کرنے لگیں گی یہ سب ہمیشہ ہمیشہ کیلئے ٹھیک ہو جائے گا۔ ضروری نہیں آپ کے ساتھ ان میں سے کوئی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

دل کی سوزش و گھبراہٹ: 33 مرتبہ سورہ طارق دم کریں اول و آخر 11،11 مرتبہ درود شریف کے ساتھ۔

دو بڑے ولیوں کے روحانی خزانے

میرے امتیو! تم سورہ مزمل کو اپنا ورد مقرر کر لو اور اسے ہر روز دس مرتبہ پڑھا کرو جو ہر روز اسے دس مرتبہ پڑھے گا اللہ تعالیٰ اسے بُرے آدمیوں اور آفات کے شر سے محفوظ رکھے گا اور ہمیشہ اللہ تعالیٰ کی پناہ میں ہوگا

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

(مرسلہ: محمد یونس قادری۔ ٹنڈو آدم)

☆ حضرت معقل ابن یسارؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ جو شخص صبح (بعد نماز فجر) کو تین مرتبہ "اَعُوْذُ بِاللّٰہِ السَّمِیْعِ الْعَلِیْمِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ" پڑھے پھر سورہ الحشر کی آخری تین آیات (24,23,22) ایک مرتبہ پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس پر ستر ہزار فرشتے مقرر کر دیتے ہیں۔ جو شام تک اس کے لیے استغفار کرتے رہیں گے اور اگر اس دن اسے موت آ گئی تو شہید مرے گا اور جو شام (بعد نماز مغرب) کو پڑھ لے تو اس کو بھی یہی درجہ حاصل ہوگا یعنی ستر ہزار فرشتے صبح تک اس کے لیے استغفار کرتے رہیں گے اور اگر اس رات میں مر گیا تو شہید مرے گا (مشکوۃ، ص ۱۸۸)

☆ حضرت ابوایوب انصاریؓ سے مرفوعاً روایت ہے کہ جب سورۃ الفاتحہ، آیت الکرسی، "شَھِدَ اللّٰہُ (سورہ آل عمران آیت نمبر 19,18) اور قُلِ اللّٰھُمَّ مَالِکَ الْمُلْکِ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 27,26) نازل ہوئی تو عرش سے معلق ہو کر فریاد کی کہ کیا آپ ہم کو ایسی قوم پر نازل فرمائیں گے جو گناہوں کا ارتکاب کریں گے؟ اللہ تعالیٰ نے فرمایا قسم ہے میری عزت و جلال اور ارتفاع مکان کی کہ جو لوگ ہر نماز فرض کے بعد تمہاری تلاوت کریں گے، ہم ان کی مغفرت فرمائیں گے اور جنت الفردوس میں جگہ دیں گے اور ہر روز ستر مرتبہ نظر رحمت سے دیکھیں گے اور اس کی ستر حاجتیں پوری کریں گے جس کا ادنیٰ درجہ مغفرت ہے۔ (دیلمی)

☆ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص سوتے وقت سورۃ الفاتحہ اور سورۃ اخلاص پڑھتا ہے وہ قیامت کے دن امینوں میں ہوگا اور پیغمبروں کے بعد سب سے پہلے وہ جنت میں جائے گا اور جنت میں جاتے وقت حضرت عیسیٰ کے نزدیک ہوگا۔ (ہشت بہشت ص ۱۱۲)

☆ حضرت فرید الدین گنج شکر رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ احادیث میں لکھا ہے کہ جو شخص فرض نماز کے بعد تین مرتبہ سورۃ اخلاص اور تین مرتبہ درود شریف پڑھے بعد ازاں ایک مرتبہ یہ آیت "وَمَنْ یَّتَّقِ اللّٰہَ سے شَیْءٍ قَدْرًا تک" (سورۃ طلاق آیت نمبر 3,2) پڑھے اور آسمان کی طرف پھونکے تو اللہ تعالیٰ اس بندے کو تین نعمتیں عنایت فرماتے ہیں ایک درازی عمر دوسری زیادتی مال تیسرے نجات کہ جنت میں بے حساب داخل ہوگا۔ (ہشت بہشت ص ۲۷۴)

☆ حضرت فرید الدین گنج شکر رحمۃ تعالیٰ فرماتے ہیں جس روز آیت الکرسی نازل ہوئی تو ستر ہزار مقرب فرشتے معہ حضرت جبرائیلؑ نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کیا کہ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ جو میرا بندہ آیت الکرسی پڑھے گا اس کے ہر حرف کے بدلے میں ہزار ہزار سال کا ثواب اس کے نام لکھا جائیگا، نبی کریم ﷺ نے فرمایا ہے کہ جو شخص آیت الکرسی پڑھ کر گھر سے نکلے تو اللہ تعالیٰ ستر ہزار فرشتوں کو حکم دیتا ہے کہ واپس آنے تک اس کی بخشش کے لیے التجا کرو اور جو شخص آیت الکرسی پڑھ کر گھر میں داخل ہو تو اللہ تعالیٰ اس کے گھر سے مفلسی دور کر دیتا ہے۔ (ہشت بہشت ص ۲۷۷)

☆ حضرت خواجہ نظام الدین چشتی رحمۃ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ کے پاس حضرت جبرائیلؑ اور حضرت میکائیلؑ معہ چوبیس ہزار فرشتوں کے سورۃ مزمل کو ریشم پر قلم نور سے لکھا ہوا لے کر آئے۔ نبی کریم ﷺ نے اٹھ کر بڑی تعظیم وتکریم سے ہاتھ میں لیکر بوسہ دیا اور سر پر رکھی اور فرمایا اے جبرائیلؑ فرمان الٰہی کیا ہے؟ انہوں نے عرض کی کہ اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے اگر میں اس سورۃ کو پہلے پیغمبروں کے عہد میں نازل کرتا تو اس کی برکت سے ان کا ایک بھی گناہ گار نہ ہوتا اور اس کی برکت سے ان سب کو بخش دیتا۔ پس جو بندہ خدا آپ ﷺ کی امت میں سے ہے، اس کو فرض نماز کے بعد پڑھے گا اسے ہر حرف کے بدلے میں ایک لاکھ نیکی عطا ہوگی اور اسی قدر گناہ اس کے نامہ اعمال سے مٹا دیے جائیں گے اور آپ ﷺ کے ساتھ جنت میں داخل ہوگا اس سورۃ کے پڑھنے والے کو جنت میں ہزار محل سبز زمرد کے بنے ہوئے ملیں گے جن میں ہر ایک میں ہزار ہزار چھوٹے محل ہوں گے اور جن میں ہزار حوریں ہوں گی۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا اے میرے امتیو! تم اس سورۃ کو اپنا ورد مقرر کر لو اور اسے ہر روز دس مرتبہ پڑھا کرو۔ جو ہر روز اسے دس مرتبہ پڑھے گا اللہ تعالیٰ اسے بُرے آدمیوں اور آفات کے شر سے محفوظ رکھے گا اور ہمیشہ اللہ تعالیٰ کی پناہ میں ہوگا اور اس سورۃ کی برکت سے اسے کسی قسم کی تکلیف نہیں پہنچے گی اور جو کسی کام کے لیے اسے پڑھے گا وہ مہم سرانجام ہوگی اور اس سورۃ کا ثواب اگر اہل آسمان اور اہل زمین لکھنے لگیں تو بھی نہیں لکھ سکتے۔ (ہشت بہشت ص ۵۰۷)

حضرت فرید الدینؒ حضرت پیران پیر شیخ عبدالقادر جیلانیؒ کے حوالے سے فرماتے ہے جو شخص یہ آیت لکھ کر اپنے پاس رکھے اور ہمیشہ فرض نماز کے بعد ایک مرتبہ پڑھا کرے تو حق تعالیٰ اس کے دشمنوں کو دوست بنا دے گا۔ اگر کوئی شخص کسی ظالم کی قید میں گرفتار ہو تو اس آیت کی برکت سے بہت جلد رہا ہو جائے۔ "بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ یَّتَّخِذُ مِنْ دُوْنِ اللّٰہِ اَنْدَادًا یُّحِبُّوْنَھُمْ کَحُبِّ اللّٰہِ وَالَّذِیْنَ اٰمَنُوْا اَشَدُّ حُبًّا لِّلّٰہِ وَلَوْ یَرَی الَّذِیْنَ ظَلَمُوْا اِذْ یَرَوْنَ الْعَذَابَ اَنَّ الْقُوَّۃَ لِلّٰہِ جَمِیْعًا وَّاَنَّ اللّٰہَ شَدِیْدُ الْعَذَابِ o" (سورۃ بقرہ آیت نمبر ۱۶۵)

یہ آیت طاقتور دشمن کو زیر کرنے کے لیے لکھ کر اپنے پاس رکھیں اور فرض نماز کے بعد ۳۰۳ مرتبہ پڑھا کریں: "بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ، فَسَیَکْفِیْکَھُمُ اللّٰہُ وَھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ (سورۃ بقرہ آیت نمبر 137). پوری آیت الکرسی اور آخر میں "بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَّ اٰلِہٖ وَ صَحْبِہٖ وَسَلَّمَ. جو شخص اس آیت کریمہ کو لکھ کر اپنے پاس رکھے اور ہر نماز کے بعد ایک مرتبہ پڑھا کرے۔ بادشاہ اور بڑے لوگوں کے دل میں اس کی عزت میں اضافہ ہو اور تمام مشکل کام حل ہو جائیں:۔

"بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ، قُلِ اللّٰھُمَّ مٰلِکَ الْمُلْکِ تُؤْتِی الْمُلْکَ مَنْ تَشَآءُ وَ تَنْزِعُ الْمُلْکَ مِمَّنْ تَشَآءُ وَ تُعِزُّ مَنْ تَشَآءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَآءُ بِیَدِکَ الْخَیْرُ اِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ. (آل عمران آیت نمبر 26)

جو شخص یہ آیت لکھ کر اپنے پاس رکھے اور ہمیشہ ہر نماز کے بعد پڑھا کرے۔ اللہ تعالیٰ اس کے مال و دولت میں خیر و برکت عطا فرمائے گا: "بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ وَلَوْ اَنَّ قُرْاٰنًا سُیِّرَتْ بِہِ الْجِبَالُ اَوْ قُطِّعَتْ بِہِ الْاَرْضُ اَوْ کُلِّمَ بِہِ الْمَوْتٰی بَلْ لِّلّٰہِ الْاَمْرُ جَمِیْعًا (سورۃ الرعد آیت نمبر 31)

دانتوں کو چمکیلا اور سفید رکھنا: سوڈا بائی کاربونیٹ اور نمک برابر مقدار میں ملا کر اس سے برش کرنے سے دانت سفید اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔

آلو بخارا فرحت بخش اور قبض کشا

منہ اور حلق کی خشکی کو دور کرتا ہے۔ آلو بخارا میں وٹامن اے، بی، پی اور سی وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ دماغی کام کرنے والوں کیلئے یہ بہترین غذا ہے۔ پاؤں کی جلن کو دور کرتا ہے اور اس کا استعمال کھانسی میں بھی کیا جاسکتا ہے۔

(حکیم نور الحسن شاہ۔ بہاولپور)

عربی اجاص فارسی آلو لے بخارا سندھی آلو بخارا اس کا رنگ سرخی سیاہی مائل، زرد کا ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ پختہ شیریں اور کچا ترش ہوتا ہے، اس کا مزاج سرد درجہ اول اور تر درجہ دوم ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک دس سے تیس دانے تک ہوتی ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

آلو بخارہ کے فوائد:

(1) آلو بخارا طبیعت کو نرم کرتا ہے۔ (2) پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ (3) خون کے جوش کو کم کرتا ہے۔ اسلئے بلڈ پریشر کے مریضوں کو مفید ہے۔ (4) آلو بخارا مسکن صفراء اور ملین ہوتا ہے۔ (5) متلی میں آلو بخارے کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے۔ (6) گرمی کے سردرد میں آلو بخارے کا استعمال مفید ہوتا ہے۔ (7) زخموں کو جلدی ٹھیک کرتا ہے۔ (8) اگر آلو بخارے کے پتے رگڑ کر ناف کے نیچے لیپ کیا جائے تو آنتوں کے کیڑے خارج ہو جاتے ہیں۔ (9) نزلے کو روکنے کیلئے آلو بخارے کے پتوں کا جوشاندہ بنا کر غرارے کرنا مفید ہوتا ہے۔ (10) آلو بخارے کا مربہ فرحت بخش اور قبض کشا ہوتا ہے۔ (11) خشک آلو بخارا رات کو بھگو صبح نہار منہ صرف پانی چھان کر پینا احتلام کیلئے مفید ہوتا ہے۔ اگر اس میں ایک چمچہ چائے والا سونف کے سفوف کا اضافہ کرلیا جائے تو دگنا فائدہ دیتا ہے۔ (12) رات کو سوتے وقت اگر آلو بخارے کے دس دانے کھائے جائیں تو صبح کو اجابت صحیح ہوتی ہے (13) خارش کو دور کرنے کیلئے آلو بخارے کا مسلسل استعمال بے حد مفید ہوتا ہے (14) کھانسی میں اس کا استعمال نقصان دہ نہیں ہوتا۔ (15) منہ اور حلق کی خشکی کو دور کرتا ہے۔ (16) آلو بخارے میں وٹامن اے، بی، پی اور سی وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ (17) دماغی کام کرنے والوں کیلئے یہ بہترین غذا ہے۔ (18) پاؤں کی جلن کو دور کرتا ہے۔ (19) چڑچڑے مزاج والوں کیلئے یہ بہترین پھل ہے جس سے یہ مرض دور ہو جاتی ہے۔ (20) نیند کی کمی کی مرض میں آلو بخارے کا استعمال بہترین ہوتا ہے۔ (21) یرقان جیسے موذی مرض میں ایک پاؤ آلو بخارا، زیرہ سفید اور گوکھرو (پھکڑا) ہم وزن کا سفوف بنا کر دو ماشے سفوف ہمراہ مذکورہ بالا آلو بخارا دن میں تین دفعہ استعمال کرنا بے حد مفید ہوتا ہے۔ (22) جلدی بیماریوں میں آلو بخارا کے استعمال کے ساتھ ساتھ ایک دفعہ شربت عناب روزانہ پینا مفید ہوتا ہے۔ (23) پتے کی پتھری بننے سے روکنے کیلئے آلو بخارے کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے۔ اس سے بعض دفعہ بنی ہوئی پتھریاں پگھل کر پتے سے نکل جاتی ہیں۔ لیکن شرط یہ ہے کہ آلو بخارے کا روزانہ استعمال اس کے موسم میں معمول بنالیا جائے۔ اگر موسم نہ بھی ہو تو خشک کو بھگو کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ (24) آلو بخارے کی چٹنی بھی بے حد مفید ہوتی ہے جو کہ ہاضم غذا اور لذیذ ہوتی ہے، اس چٹنی کے بنانے کی ترکیب کچھ یوں ہے۔ آلو بخارا خشک نصف کلو، چینی ایک کلو، رس لیموں ایک پاؤ، کشمش ایک پاؤ، چھوہارے ایک پاؤ، پودینہ نصف کلو، بڑی الائچی پانچ دانے، گری بادام، چھوٹی الائچی، کالی مرچ، ادرک،، لال مرچ اور نمک ہر ایک پانچ تولے۔ رات کو آلو بخارا دھو کر بھگو دیں صبح اچھی طرح سے مسل کر چھان لیں۔ ادرک اور پودینہ بھی رگڑ کر چٹنی بنالیں اور آلو بخارے کو چٹنی کے ہمراہ ابال لیں۔ کشمش اور چھوہارے بھی کترے ہوئے اس میں ڈال دیں، تین چار ابالے دے کر نیچے اتار کر تمام اشیاء اس میں ملا دیں، بس چٹنی تیار ہے۔ (25) آلو بخارے کا شربت بھی تیار کیا جاتا ہے، جو خشک آلو بخارے، عرق گلاب اور چینی سے تیار ہوتا ہے۔ قبض، گرمی، خارش اور جوش خون کے لئے مفید ہوتا ہے، اسکے علاوہ یرقان، غلبہ (بقیہ صفحہ نمبر 38)

مختصر پُر اثر

اللہ تعالیٰ نے فرمایا کہ میں نے تیری اس خالص نیت کو قبول کر کے تجھے ریت کے ٹیلوں کے برابر غلہ تقسیم کرنے کا ثواب عطا کر دیا ہے۔

(محمد منیب معاویہ۔ ملتان)

امام رازیؒ نے بنی اسرائیل کے ایک شخص کا واقعہ بیان کیا کہتے ہیں کہ ایک ایماندار آدمی بھوک میں مبتلا تھا سفر پر جا رہا تھا راستے میں ریت کے بڑے بڑے ٹیلے نظر آئے۔ اس نے کہا کاش میرے پاس ریت کے ان ٹیلوں کے برابر اناج ہوتا میں سب بھوکوں میں تقسیم کر دیتا۔ چونکہ اس وقت خود بھوکا تھا اسے بھوک کی تکلیف محسوس ہوئی تو اس نے دوسرے بھوکوں کو خیال میں لاتے ہوئے یہ بات کی۔ کہتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کو اس کی بات پسند آئی چنانچہ اس وقت کے نبی پر وحی بھیجی کہ اللہ تعالیٰ نے فرمایا کہ میں نے تیری اس خالص نیت کو قبول کر کے تجھے ریت کے ٹیلوں کے برابر غلہ تقسیم کرنے کا ثواب عطا کر دیا ہے۔ اللہ نے تیرا یہ صدقہ قبول کر لیا ہے۔ جیسی تمہاری اچھی نیت تھی ہم نے ویسا ہی اچھا اجر عطا کیا ہے۔

اِنَّمَا الاَعْمَالُ بِالنِّیَاتِ "اعمال کا دارومدار نیتوں پر ہے"

ایک بدشکل عورت ایک عطار کے سامنے ٹھہر گئی جب عطار نے دیکھا تو کہا۔ **وَاِذَا الْوُحُوْشُ حُشِرَتْ** (اور جب جنگلی جانور اکٹھے کیے جائیں گے) (سورۂ تکویر آیت نمبر 5) یہ سن کر عورت نے کہا۔ **وَضَرَبَ لَنَا مَثَلاً وَّ نَسِيَ خَلْقَهٗ** (اور ہمارے لیے تو مثال بیان کی اور اپنی پیدائش کو بھول گیا) (سورۂ یسین آیت نمبر 78)

معیار ثقاہت: ایک شخص دوسرے پر غضب ناک ہو گیا اس نے پوچھا کس وجہ سے غصہ آگیا ہے تو اس نے کہا ثقہ آدمی نے تمہاری گفتگو مجھ سے نقل کی اس شخص نے کہا کہ اگر وہ ثقہ ہوتو چغل خوری نہ کرتا۔

مؤثر علاج: ایک بادشاہ اپنے غیر معمولی موٹاپے کی وجہ سے تقریباً معذور ہو گیا تھا۔ اس نے ایک حاذق طبیب سے رجوع کیا۔ طبیب نے اس کا معائنہ کیا اور شکستہ لہجہ میں کہا میرے منہ میں خاک حضور کی عمر میں صرف ایک ماہ باقی رہ گیا ہے۔ بادشاہ کو غصہ آگیا اور اس نے طبیب کو قید کرا دیا۔ مگر طبیب کی بات نے اس کو سخت متفکر کر دیا۔ وہ موت کا ایک ایک دن گننے لگا۔ متفکر ہونا اس کیلئے سودمند ہوا۔ اس کا جسم رفتہ رفتہ گھٹنے لگا اور گوشت کم ہو گیا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

حضور ﷺ نے نوحہ کرنے والی اور اسے کان لگا کر سننے والی دونوں پر لعنت فرمائی ہے

واقعی اس بزرگ کی آنکھوں میں کچھ تھا

عطیہ ہدایت اللہ۔ پشاور

ایک زوردار دھکا سر کے پچھلے نرم حصے پر لگا اور میری آنکھوں کے سامنے نیلے پیلے دھبے پھیل گئے اور میں ٹوٹی شاخ کی طرح زمین پر گرتی چلی گئی کہ اچانک ایک بہت ہی بوڑھے بزرگ نے مجھے اٹھا کر نزدیکی دروازہ کی طرف دھکیل دیا

1980ء کا دور تھا کہ کچھ عرصہ پہلے میری کمر اور بائیں پاؤں میں شدید درد محسوس ہونے لگا۔ میرا وزن بھی تیزی سے گرنے لگا اور میں کافی کمزور ہوگئی تھی۔ میرے بچے بہت چھوٹے تھے۔ گھر کا سارا نظام اُلٹ پلٹ ہوگیا تھا۔ ملک بھر میں اچھے سے اچھا ڈاکٹر آزمایا لیکن میں مزید کمزور ہوتی گئی۔ یورپ میں رہنے والے ہمارے ایک عزیز نے چند ہی دنوں میں ویزہ اور ٹکٹ بھجوا دیئے اور یوں میں علاج کیلئے یورپ چلی گئی۔ وہاں سب ڈاکٹروں کی یہی رائے تھی کہ میری ریڑھ کی ہڈی میں خلاء ہے جو فزیوتھراپی اور خاص قسم کی ورزشوں سے کچھ مدت میں بالکل ٹھیک ہو جائے گا اور حقیقتاً مجھے افاقہ ہونے لگا۔ جب مجھے اطمینان ہوگیا کہ مجھے کوئی خطرناک مرض نہیں ہے تو میرے اندر باہر روشنی کے جھماکے ہونے لگے۔ نیا عزم، نئے حوصلے، نئے جذبے بیدار ہوگئے اور اپنی تمام تر میڈیکل رپورٹس اور نسخوں کے پلندے سنبھال کر وطن واپس آنے کی تیاری شروع کردی۔ اسی رات میں نے خواب دیکھا کہ ایک مقام پر دائیں اور بائیں کو راستے ہیں اور لوگ جوق درجوق دونوں سمتوں میں لپکے چلے جارہے ہیں۔ اتنے میں ایک بزرگ نظر آئے میں نے پوچھا کہ یہ لوگ دونوں طرف کہاں کہاں جارہے ہیں۔ بزرگ بتاتے ہیں کہ بائیں طرف کا راستہ ایک میلے کی طرف جارہا ہے جہاں بازار سجے ہیں۔ ناچ، گانا ہو رہا ہے اور لوگ لطف اندوز ہو رہے ہیں۔ جبکہ دوسری طرف کے لوگ حضور ﷺ کے دیدار کو ٹوٹے پڑ رہے ہیں۔ میں سوچ میں گم دائیں طرف کا قصد کرتی ہوں۔ دیکھا کہ سبز عباء کی کھلی چوڑی آستین والا ہاتھ لوگوں کے سروں کو تھپکی دے کر دعائیں دے رہا ہے۔ میرے بھی سر پر یہ پاک و مقدس ہاتھ تھپکی دیتا ہے۔ یہ خواب دو دن تک ہمہ وقت میرے ذہن پر حاوی رہا۔ ہمیں وطن آنے سے پہلے ایک رشتہ دار کے ہاں پیرس میں تین چار دن قیام کرنا تھا۔ میں وہاں جانے کیلئے بڑی پرجوش تھی۔ تیسرے دن روانگی تھی اس لیے پیکنگ کر کے ہم مقامی مارکیٹ سے بچوں کیلئے چند چیزیں خریدنے گئے۔ میرے شوہر ایک ہم وطن دوست کے آفس لے گئے۔ وہ صاحب حج و عمرہ کی خدمات لوگوں کو فراہم کرتے تھے۔ کہنے لگے بھابھی اگر آپ لوگ پیرس نہ جائیں تو آخری جہاز سعودی عرب کیلئے پرسوں روانہ ہوگا۔ اس کے تیسرے دن حج کے معمولات شروع ہو جائیں گے۔ میرے پاس ایک پاکستانی جوڑے نے حج کیلئے درخواست جمع کروائی تھی ان کیلئے سیٹیں رکھی ہیں لیکن آج پتہ چلا وہ لوگ نہیں جارہے ہیں۔ سیکنڈ کے ہزارویں حصے میں ذہن کے اندر اسی خواب کے مناظر روشن ہوگئے اور میں فوراً حج پر جانے کیلئے راضی ہوگی۔ دوسرے دن ہمیں ویزا مل گیا اور تیسرے دن ہم جدّہ ایئرپورٹ پر اتر گئے۔ لیکن عجب بے سروسامانی کا عالم۔ اس لیے کہ یہاں سخت گرمی تھی اور ہمارے بکس گرم کپڑوں سے بھرے ہوئے تھے۔ نہ احرام ہیں، نہ کوئی معلم، نہ رہائش۔ رات ایئرپورٹ پر پاسپورٹ کے انتظار میں بیٹھے رہے۔ لندن سے آنے والے ایک ہندوستانی خاندان نے وہیں دکانوں سے احرام چپل اور ضروری اشیاء کی خریداری کروائی۔ احرام باندھنے کے احکامات سے آگاہ کیا۔ صبح ہم مکہ معظمہ پہنچے۔ بازار میں ایک دکان کے تختے پر شوہر نے مجھے بٹھایا تاکہ کسی ہوٹل کے بارے میں معلوم کرسکیں۔ ذرا سی دیر میں وہ خوش خوش بمعہ ایک ہم وطن کے آپہنچے۔ پتا چلا کہ تین چار لوگ اپنے کسی عزیز کے فلیٹ میں رہ کر مقامی بینک میں نوکری کرتے ہیں۔ مالک مکان امریکہ گئے ہیں، کمرے خالی ہیں اور خانساماں بھی وہاں موجود ہے۔ مکان اور خانہ کعبہ کا درمیانی فاصلہ پانچ منٹ پیدل تھا۔ میں گرتی پڑتی تمام نمازوں کیلئے حرم پاک میں جاتی۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

طب نبوی ﷺ ہیئر آئل کے کرشماتی نتائج

جناب حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں نے اپنی بیوی اور بیٹی کے گرتے بالوں کے لے طب نبویؐ ہیئر آئل اور پاؤڈر منگوایا تھا۔ مل گیا اور استعمال بھی کیا۔ میری بیگم کے بالوں کی جوئیں گرتی تھیں اب بال گرنا بند ہوگئی ہیں۔ آپ کا بہت شکریہ۔ میری بیٹی اور بیگم کے بال اتنے خوبصورت ہوگئے ہیں کہ جو بھی دیکھتا ہے بے حد تعریف کرتا ہے۔ عبقری کے قارئین سے گزارش کروں گا ایک بار طب نبویؐ ہیئر آئل ضرور آزمائیں۔ ان شاءاللہ آپ مایوس نہیں ہوں گے۔

(مرسلہ: شہباز احمد۔ شاہ دولہ روڈ گجرات)

(بقیہ: ادرک، بدلتے موسم کا ابتدائی ٹانک)

صرف تیل رہ جائے۔ درد ہو تو اس تیل کی مالش کریں۔ سخت سردی کے باعث کئی لوگوں کے سر میں درد رہتا ہے وہ درد سے نجات کیلئے یہ تیل ماتھے پر ملیں۔ بچوں کا سینہ گرم رکھنے کیلئے بھی اس تیل کی مالش مفید ہے۔ سردی کے باعث جسم میں درد ہو تو اس تیل سے اسے بھگائیں۔ مالش کرنے کے علاوہ تھوڑی سی ادرک گڑ کے ساتھ کھالی جائے تو علاج مزید مؤثر ہو جاتا ہے۔ دانتوں کا درد بھگانے کیلئے بھی ادرک استعمال ہوتی ہے۔ ایک بار علامہ اقبالؒ کو رات کے وقت دانت میں شدید درد ہوا تو شفاء الملک حکیم اجمل خانؒ نے انہیں مشورہ دیا کہ دانت کے نیچے ادرک کا ٹکڑا دبا کر رکھیں۔ چند دن میں شاعر مشرق کا دانت درد جاتا رہا۔ درد شقیقہ میں بھی ادرک مفید ہے۔ کان میں درد ہو تو ادرک کا رس چند قطرے کان میں ڈالیے درد کافور ہو جائیگا۔ کمر اور جوڑوں کی تکلیف سے نجات پانے کیلئے کئی صدیوں سے ادرک بھون کر کھائی جارہی ہے۔ ملٹھی اور ادرک 6,6 ماشے 3 چھٹانک پانی میں ڈالیے اور پانی کو جوش دیں بعد ازاں چینی ملا کر پانی پی لیں۔ یہ نسخہ سینے، کمر اور جوڑوں کے درد میں مفید ہے۔ اگر ادرک کو سیاہ نمک کے ساتھ پیس کر سونگھیں تو سر درد ختم ہو جاتا ہے۔

دیگر استعمال: (1) مچھلی کھاتے ہوئے ادرک کا استعمال کریں تو پیاس نہیں لگتی۔ (2) خون کی نالیوں پر جمی ہوئی چربی کی تہیں اُتارنے میں ادرک کام آتی ہے۔ یہ دل کا فعل اور ست دورانِ خون درست کرتی ہے۔ (3) جگر کی ابتدائی خرابی ادرک کے استعمال سے دور ہو جاتی ہے۔ (4) ذیابیطس کی دونوں اقسام میں اگر شہد کے ساتھ ادرک کا رس دن میں کئی بار چاٹا جائے تو فائدہ ہوتا ہے۔ (5) ادرک کا مربہ کھانا اور جائفل کو منہ میں رکھنا فالج سے نجات دلاتا ہے۔ (6) امراضِ چشم میں بھی ادرک مفید ہے۔ ادرک، سفید سرمہ، قلمی شورہ اور سفید پھٹکڑی ہم وزن ملا کر سُرمہ تیار کریں۔ یہ اکثر امراض چشم دور کرتا ہے۔ یاد رہے کہ اشیاء خالص ہونی چاہئیں۔

(بقیہ: رمضان المبارک بخشش، مغفرت اور عنایتوں کا مہینہ)

انتیسویں رات: انتیسویں شب کو چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ قدر ایک ایک بار، سورۂ اخلاص تین تین مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے سورۂ الم نشرح ستر مرتبہ پڑھے۔ یہ نماز کامل ایمان کے واسطے بہت افضل ہے۔ انشاءاللہ اس نماز کے پڑھنے والے کو دنیا سے مکمل ایمان کے ساتھ اٹھایا جائے گا۔

رمضان المبارک کی انتیسویں شب کو چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ القدر ایک ایک بار، سورۂ اخلاص پانچ پانچ مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے درود شریف ایک سو دفعہ پڑھے۔ انشاءاللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو دربار خداوندی سے بخشش و مغفرت عطا کی جائے گی۔ رمضان المبارک کی انتیسویں شب کو سات مرتبہ سورۂ الواقعہ پڑھے۔ انشاءاللہ تعالیٰ ترقی رزق کیلئے بہت افضل ہے۔ رمضان المبارک کی کسی شب میں بعد نماز عشاء سات مرتبہ سورۂ القدر پڑھنا بہت افضل ہے۔ انشاءاللہ تعالیٰ اس کے پڑھنے سے ہر مصیبت سے نجات حاصل ہوگی۔

پانی نعمت، میٹھا پانی اس سے بڑی نعمت

اے اللہ تیرا ہی شکر ہے کہ تو نے محض اپنے فضل سے میٹھا اور پاکیزہ پانی پلایا، اگر تو چاہتا تو ہمارے لیے ہمارے گناہوں کی بدولت اس کو بھی کھارا کر دیتا، اگر تو ایسا کرتا تو تجھے حق تھا اور تیرے عین انصاف کے تقاضوں کے مطابق ہی ہوتا

آٹھ سال قبل کی بات ہے، سال بھر کی مسلسل تدریسی مصروفیات کے بعد طبیعت میں نشاط و تازگی کیلئے شہر بھٹکل کے ساحل بحیرہ عرب سے آٹھ دس کلومیٹر کے فاصلہ پر موجود ایک جزیرہ پر جا کر پکنک منانے کیلئے ایک چھوٹے سے سمندری جہاز پر ہم دوست احباب کا ایک قافلہ جمعرات کے دن ظہر کے بعد روانہ ہوا۔ بل کھاتی لہروں اور اوپر اٹھتی موجوں کے درمیان سفر کا لطف ہی کچھ اور تھا۔ ہمارے رفقاء اس دیدنی منظر سے لطف اندوز ہو رہے تھے لیکن میرا ذہن کہیں اور ہی تھا۔ میں سمندر کی وسعتوں کے پس منظر میں کائنات کی بے پناہ وسعتوں کے متعلق سوچ رہا تھا اور قادر مطلق شہنشاہ کے حسن نظم اور اس کے بے کراں خزانوں کے متعلق متعدد تحقیقی و سائنسی گوشے میرے ذہن میں مستحضر ہو رہے تھے۔ خود میری تحریر کردہ مختلف جغرافیائی کتابوں کے مختلف ابواب مجھ سے گویا تھے اور زبان حال سے کہہ رہے تھے کہ تم جس جزیرہ پر جا رہے ہو وہ نہایت چھوٹا ہے اور چند ہی کلومیٹر کے رقبہ پر مشتمل ہے جب کہ ایسے سات لاکھ جزیرے سمندر میں موجود ہیں۔ اس میں سب سے بڑا گرین لینڈ کا جزیرہ تنہا اکیس لاکھ چھہتر ہزار چار سو کلومیٹر پر مشتمل ہے۔ گویا پوری دنیا کا رقبہ کے اعتبار سے دوسرا بڑا ملک ہندوستان ان سات لاکھ جزیروں میں سے صرف ایک جزیرہ میں سما سکتا ہے۔

جس سمندر میں ہم سفر کر رہے تھے اس کی اوسط گہرائی سترہ ہزار فٹ تھی یعنی دوسرے الفاظ میں اس میں ایک ہزار سات سو منزلہ طویل عمارت کھڑی ہو سکتی ہے۔ دنیا کے پانچ بڑے سمندروں میں صرف بحرالکاہل کی وسعت کا یہ عالم ہے کہ تنہا یہ سمندر پوری روئے زمین کی خشکی سے زیادہ جگہ گھیرے ہوئے ہے، بالفاظ دیگر چھ براعظم اس میں سما سکتے ہیں اور اس کا رقبہ 16 کروڑ 52 لاکھ مربع کلومیٹر ہے جبکہ جملہ سمندروں کا رقبہ 32 کروڑ 11 لاکھ مربع کلومیٹر ہے۔ یعنی کرہ ارض کا تقریباً دو تہائی سے زائد حصہ پانی سے گھرا ہوا ہے۔ جن مچھلیوں کے شکار کے شوق میں ہم جا رہے تھے اس کی کثرت تعداد کا یہ عالم ہے کہ چند سال قبل اسکاٹ لینڈ کے مچھلی پکڑنے کے مقابلہ میں ایک ارب مچھلیاں بیک وقت پکڑی گئیں تھیں۔

میں اسی سوچ میں گم تھا اور ہمارا جہاز ہچکولے کھاتے ہوئے بل کھاتی لہروں کے درمیان چل رہا تھا۔ وقفہ وقفہ سے ہمیں دور سمندر میں بعض چٹانیں نظر آتی تھیں۔ جو کچھ ہی دیر میں غائب بھی ہو جاتی تھیں۔ ہمارے بعض ساتھیوں نے جہاز کے کپتان سے اس سلسلہ میں جب دریافت کیا تو انہوں نے بتایا کہ یہ چٹانیں نہیں بلکہ دراصل وہیل مچھلیاں ہیں جو سانس لینے کیلئے سمندر کی سطح پر آ جاتی ہیں اور پھر اچانک اندر چلی جاتی ہیں۔ چٹانوں کی طرح نظر آنے والے یہ حصے ان کی وسیع پیٹھ کے چھوٹے سے حصے ہوتے ہیں۔ یہ سنکر میرا ذہن اپنی جغرافیہ کی کتاب کے ایک باب کی طرف منتقل ہوا جس میں بتایا گیا ہے کہ ان وہیل مچھلیوں کی چوڑائی کا یہ عالم ہوتا ہے کہ بیس پچیس آدمی صرف اس کے منہ میں بیک وقت کھڑے ہو سکتے ہیں۔ اس کی لمبائی عام طور پر ڈیڑھ سو فٹ ہوتی ہے اور ایک وقت کی غذا اوسطاً 70/80 کلو یعنی ریاضی کے حساب سے پچاس ہزار کلو غلہ سالانہ صرف ایک وہیل مچھلی کیلئے مطلوب ہے جبکہ سمندر میں اس طرح کی مچھلیوں کی تعداد کروڑوں سے زیادہ ہے۔ اللہ تعالیٰ کے علاوہ کیا انسانوں کیلئے ہمیشہ تو درکنار صرف ایک وقت ان مچھلیوں کو کھانا کھلانا ممکن ہے؟ میں اپنے ہی خیالات میں مست تھا کہ ہمارا جہاز جزیرہ پر لگا اور چھوٹی کشتی کے ذریعہ ہم لوگ جزیرہ پر کچھ ہی دیر میں پہنچ بھی گئے۔

تھوڑی دیر ہم لوگ تیراکی سے لطف اندوز ہوئے، کچھ دیر مغرب سے پہلے ریت پر کبڈی بھی کھیلتے رہے۔ پھر نہا دھو کر اور کپڑے بدل کر کھانے کے دسترخوان پر پہنچ گئے۔ اس دوران جب بعض ساتھیوں نے پینے کا پانی طلب کیا تو ہمارے کشتی بان نے یہ کہہ دیا کہ صرف تین کین میٹھا پانی ہے، سنبھال کر رکھیے واپس جانے تک پینے کا یہی پانی ہے۔ اسراف بالکل نہ کیجئے۔ یہ سننا تھا کہ میں محو حیرت رہ گیا اور زبان حال سے گویا ہوا۔ یااللہ ہر طرف پانی، اربوں لیٹر پانی، دائیں پانی، بائیں پانی، جدھر نگاہ دوڑاؤ ادھر پانی اور پھر پانی کی کمی کی شکایت اور احتیاط کی تلقین کا کیا معنی؟ لیکن مجھے یہ فیصلہ کرنے میں دیر نہیں لگی کہ یہ پانی تو ہے لیکن کھارا پانی۔ پیاس بجھانے والا میٹھا پانی، سیراب کرنے والا شیریں پانی، راحت پہنچانے والا ٹھنڈا پانی نہیں ہے۔ جب میں نے میٹھے پانی کا گلاس منہ کو لگایا تو بے اختیار میری زبان سے نکلا:

اے اللہ! تیرا کس قدر شکر ادا کروں تو نے محض اپنے فضل سے میٹھا پانی پلایا۔ پھر میں نے اپنے معمول کے مطابق پانی پینے کے بعد کی دعا بھی پڑھی۔ دفعتاً میرا خیال اس کے ترجمہ کی طرف گیا تو احساس ہوا کہ محسن انسانیت و نبی رحمت ﷺ نے تو ہمیشہ ہر بار پانی پینے کے بعد اس طرح کے شکر و حمد کے کلمات دہرانے کا معمول بنایا تھا اور اپنی امت کو بھی اس کی تعلیم دی تھی کہ وہ کہیں: اے اللہ تیرا ہی شکر ہے کہ تو نے محض اپنے فضل سے میٹھا اور پاکیزہ پانی پلایا، اگر تو چاہتا تو ہمارے لیے ہمارے گناہوں کی بدولت اس کو بھی کھارا کر دیتا، اگر تو ایسا کرتا تو تجھے حق تھا اور تیرے عین انصاف کے تقاضوں کے مطابق ہی ہوتا لیکن اے اللہ تو نے ایسا نہیں کیا۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ سَقَانَا بِرَحْمَتِہٖ مَاءً عَذْباً فُرَاتاً وَلَمْ یَجْعَلْہُ بِذُنُوْبِنَا مِلْحاً اُجَاجاً

اس دعا کے پڑھنے کے بعد بالعموم میرا ذہن اقوام متحدہ کے شعبہ صحت کی جانب سے جاری اس رپورٹ کی طرف جاتا ہے کہ آج کے اس ترقی یافتہ کہے جانے والے دور میں بھی دنیا کی نصف سے زائد آبادی یعنی تین ارب لوگ صاف اور پینے کے لائق پانی سے محروم ہیں اور وہ گندا، گدلا اور غیر معیاری و ناقص پانی پینے پر مجبور ہیں اور آج بھی دیہاتوں میں عورتیں اور بچے علی الصبح میٹھے پانی کیلئے دو دو کلومیٹر دور کنوؤں پر جاتے ہیں۔ غرض یہ کہ میٹھا پانی ایک ایسی نعمت ہے کہ دنیا کی کوئی بڑی سے بڑی دولت بھی اس کا بدل نہیں بن سکتی۔ اس کے بغیر زندگی کا تصور نہیں کیا جا سکتا۔ ہمارے جسم کا ہر عضو زندہ رہنے کیلئے اس کا محتاج ہے۔ اس کے بغیر نہ کھانا ہضم ہو سکتا ہے اور نہ جذب ہو سکتا ہے اور نہ اس کے بغیر ہمارا خون گردش کر سکتا ہے، اس سے معلوم ہوا کہ پانی تو نعمت ہے ہی، میٹھا پانی اس سے بڑی نعمت ہے۔ جس پر اللہ پاک کا ہمیشہ شکر ادا کرنا چاہیے جو روز ہمیں اس نعمت سے نوازتا ہے۔

(بقیہ: السر اور تیزابیت سے شفایابی)

کہ ایسے مریضوں کا جن کے لیے سرجری تجویز ہوئی اور یہ مشورہ دیا گیا کہ ان کا وہ حصہ جو السر کی وجہ سے بہت ہی متاثر ہو گیا تھا، کاٹ دیا جائے لیکن اللہ تعالیٰ کا فضل و کرم کہ یہ دوائی جو مجھے ایک مخلص دوست کے ذریعے سے ملی اور میں نے بے شمار لوگوں پر آزمائی، آج بغیر کسی بخل کے قارئین کی نذر کر رہا ہوں۔ لوگ کہتے ہیں کہ حکیم نسخہ چھپاتے ہیں کیا ایک شخص کے عمل کا اطلاق سب پر ہوتا ہے؟ نہیں سب نہیں چھپاتے۔

ھوالشافی: مغز کشنیز۔ گوند کیکر۔ رال سفید۔ ملٹھی (ہر ایک 50 گرام) چینی 40 گرام کوٹ پیس کر کے ملالیں۔ ایک چائے کا چمچ پانی کے ہمراہ دن میں تین بار استعمال کریں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

قدرت کا انتقام متکبر کے لیے

حضرت سلیمانؑ مسکرائے اور فرمایا: اے ہدہد تو نہیں جانتا کہ جو عابد مخلوق خدا سے بیزار ہو یا مخلوق خدا اس سے بیزار ہو، اس کی عبادت ایک سعی رائیگاں ہے اور بس۔ حضرت سلیمانؑ نے یہ کہہ کر اپنی آنکھیں بند کر لیں

(سید نور عالم شاہ۔ شو کی شریف)

وہ ایک عبادت گزار تھا، جولان کی پہاڑیوں پر گزشتہ ایک سو سال سے عبادت میں مصروف تھا۔ دنیاداری سے کوئی غرض نہ تھی۔ اردگرد کی بستیوں سے لوگ اسے دیکھنے اور اس کی خدمت کیلئے بے تاب تھے لیکن وہ اس سے ڈرتے بھی تھے۔ ایک بار ایک بستی کے دو نوجوان عبادت گزار کی خدمت میں حاضر ہوئے۔ ان میں سے ایک شوہر تھا اور دوسری بیوی۔ دونوں اس کیلئے کھانے کا خوان لیکر آئے تھے۔ کھانے کی خوشبو سے اردگرد کا ماحول مہک اٹھا۔ لیکن اس عبادت گزار کی آنکھ بند رہی۔ اس کے جسم سے کپڑے گل کر گر چکے تھے اور اس کے سر پر چڑیوں نے گھونسلہ بنا لیا تھا اور وہ ان کی چہکار سے بھی بیدار نہیں ہو سکا تھا۔ لیکن جب وہ دونوں اس کے پاس کھڑے رہے تو اس کی ایک آنکھ کھلی جو کبوتر کی طرح سرخ تھی۔ اس آنکھ سے بجلی سی چمکی اور وہ دونوں میاں بیوی آناً فاناً راکھ کے ڈھیر میں تبدیل ہو گئے۔ اس عبادت گزار کی آنکھ پھر بند ہو گئی اس کے بعد کسی نے اس عبادت گزار کے قریب آنے کی ہمت نہیں کی۔ یہاں تک کہ بھیڑ بکریوں نے بھی اِدھر کا رُخ کرنا بند کر دیا۔ چنانچہ پہاڑیوں کے پودوں، درختوں، جھاڑیوں اور گھاس نے اس کا جسم ڈھانپ لیا۔ ان پہاڑیوں میں حشرات الارض کی بھی کوئی کمی نہ تھی۔ سانپ اژدہے اور بچھوؤں کی مختلف نسلیں تھیں۔ ان میں بعض بچھو ایسے تھے کہ جن کے زہر سے چٹانیں بھی پانی پانی ہو کر بہہ جائیں لیکن یہ سب حشرات الارض اس عبادت گزار سے خوف زدہ رہے اور دور دور تک دکھائی نہ دیتے۔ کسی کو معلوم نہیں تھا کہ کھاتا پیتا کہاں سے ہے اور دوسری ضروریات زندگی کیسے پوری کرتا ہے؟ اس حال میں اسے سو سال گزر گئے تو ایک فرشتہ اس کے سامنے نمودار ہوا۔ اس نے آواز دی اے عابد شب زندہ دار اے مرد عبادت گزار اے خالق کائنات کے بے لوث عبادت گزار آنکھیں کھول اور مژدہ سن کہ خالق کائنات نے تیری عبادت قبول کی۔ حکم خداوندی ہے کہ مانگ کیا مانگتا ہے؟ عبادت گزار نے آہستہ آہستہ اپنی دائیں آنکھ کھولی جو لہو رنگ نہ تھی، اس نے فرشتے پر ایک نگاہ غلط انداز ڈالی اور بے نیازی [illegible]

کہہ کہ میرے ساتھ انصاف کرے اور یہ کہہ کر آنکھ بند کر لی۔ فرشتہ یہ سن کر لرز اٹھا اور کہنے لگا اے شخص اُس سے مانگنا ہے تو اس کا فضل و کرم مانگ، اس سے انصاف نہ مانگ۔ لیکن عبادت گزار نے آنکھیں نہیں کھولیں اور بے حس و حرکت ہو کر اپنے شغل میں مصروف ہو گیا۔ دوسری صدی بھی اسی طرح گزر گئی۔ سو گرمیاں سو برساتیں اور سو سردیاں آئیں اور چلی گئیں یہ پہاڑ ہر قسم کے جانداروں سے خالی ہو گئے تھے جھاڑیوں کے درمیان وہ خاموشی کے ساتھ بیٹھا خالق کائنات کے حضور عبادت میں مصروف تھا۔ اردگرد کی بستیوں کے رہنے والوں نے اپنے جوانوں اور بچوں کو نصیحت کر دی تھی کہ وہ اس پہاڑ کی طرف جانے سے بھی پرہیز کریں جس پر وہ مرد عبادت گزار فروکش ہے۔ وہ حتی الامکان اپنے مویشیوں کو بھی ادھر جانے سے روکتے تھے لیکن کوئی شامت کا مارا ادھر چلا ہی جاتا تو اسے واپسی نصیب نہ ہوتی وہ راکھ کے ہی ڈھیر میں تبدیل ہو جاتا۔ اس صدی میں اس نواح میں دو خطرناک جنگیں بھی ہوئیں۔ ایک جنگ تو وہ تھی جس میں طالوت علیہ السلام نے جالوت کو شکست فاش سے دوچار کیا تھا اور دوسری جنگ میں طالوتؑ کے داماد حضرت داؤد علیہ السلام نے کافروں سے جنگ کی تھی۔ صدی اسی طرح گزر گئی۔ یہ اس مرد عبادت گزار کی عبادت مسلسل کی دوسری صدی تھی۔ پھر وہی مہربان فرشتہ نمودار ہوا۔ اس نے صدا دی ''اے مرد عبادت گزار آنکھیں کھول اور اپنے کانوں کو بھی اذن سماعت دے کہ میں ایک بار پھر تیری عبادت کی قبولیت کی نوید لے کر آیا ہوں، عبادت گزار نے آنکھ کھولی جس کا رنگ خونِ کبوتر کی طرح سرخ تھا اس کی آنکھوں سے بجلیاں سی نکلیں لیکن وہ فرشتہ محفوظ رہا کہ اس کے اردگرد بھی ایک نادیدہ حصار تھا۔ عبادت گزار نے جب اپنی آنکھ کی بجلیوں کو بے اثر دیکھا تو بولا بتا تو میرے لیے کیا لایا ہے؟ کیا وہ میرے ساتھ انصاف کرنے پر تیار ہو گیا ہے اگر نہیں تو واپس جا مجھے تیری خوشخبریوں کی ضرورت نہیں۔ یہ الفاظ ادا کرتے ہی وہ خاموش ہو گیا اس نے اپنی آنکھیں بند کر لیں اور بے حس و حرکت ہو گیا۔ فرشتہ بڑبڑایا [illegible] تجھے اپنی عبادتوں پر اتنا غرور کیوں ہو گیا ہے؟

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سٹلائیٹ ٹاؤن 0334-6307057۔ **حاصل پور:** گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** النور نیوز ایجنسی، 066-2413121۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس 0632-508841۔ **شورکوٹ کینٹ:** عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578۔ **بہاولپور:** شیخ اقبال صاحب، شمیم نیوز ایجنسی 0300-9688351۔ **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **اٹک:** نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب الواحد ٹیسٹی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمن مکہ میڈیکل سٹور، سول اسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515 **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0546-504847۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-8674075 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤ جی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **گلگت:** نارتھ نیوز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ۔ **شمالی علاقہ جات:** جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ گاہکوچ۔ غذر شمالی علاقہ جات۔ **ہنزہ:** ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ **سکردو:** سودے بکس اسٹور۔ لنک روڈ سکردو، بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** [illegible] 0300-6422516 **سرگودھا:** [illegible] 0301-6762480 **چکوال:** عثمان فاروقی 0333-5778810

رسالے کا تبادلہ
اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

بزرگوں کی ڈانٹ ڈپٹ ایک احتسابی عمل ہے۔ ان کا ڈانٹنا اور آپ کو منع کرنا ایک فرض ہے۔ آپ سوچنے کا انداز بدل ڈالیے۔ زندگی دلچسپ اور خوبصورت نظر آنے لگے گی۔

کیا کروں

سوال:۔ میں جماعت نہم کا طالب علم ہوں اور سائنس پڑھتا ہوں۔ میری دو خواہشیں ہیں، ایک تو یہ کہ بہترین مقرر بن جاؤں۔ اس کیلئے میں نے سکول کے پروگراموں میں حصہ لینا شروع کر دیا اور ایک اچھا مقرر مانا جاتا ہوں لیکن جب ہنگامی حالات میں اپنی پاک افواج کے قصے پڑھے اور جب ہماری افواج نے قرون اولیٰ کی یاد تازہ کر دی، خاص کر ہماری فضائیہ نے بہترین کارنامے سرانجام دیئے تو میرے خیالات وجذبات یکسر بدل گئے۔ اب دل چاہتا ہے کہ میں ایئر فورس میں بھرتی ہو کر دشمن کی اینٹ سے اینٹ بجا دوں۔ مگر اس کے ساتھ ہی سوچتا ہوں کہ میں مقرر بن کر ملک اور ملت کی بطریق احسن خدمت کر سکتا ہوں۔ آپ براہ کرم مجھے بتائیں کہ کیا کروں؟ (ایک طالب علم۔ کراچی)

جواب:۔ آپ کا جذبہ ہر اس پاکستانی کے دل کی آواز ہے جسے اپنے وطن سے محبت ہے، ہنگامی حالات میں ہر محب وطن کی یہ تمنا تھی کہ وہ فوج میں بھرتی ہو کر وطن عزیز کی خاطر جان لڑا دے۔ مگر عزیزم اگر ہر شہری فوجی بن جائے تو شہری زندگی معطل ہو کر رہ جائے۔ یوں تو ہر مسلمان کو ایک ایسا سپاہی ہونا چاہیے جو بوقت ضرورت شمشیر زن ہو سکے۔ میرے خیال میں آپ کے اندر آگے بڑھنے کی دوسری صلاحیتیں موجود ہیں۔ اس لیے سردست اعلیٰ تعلیم کے حصول کی طرف توجہ دیں۔ یہ بھی ملک اور ملت کی خدمت ہے کہ ہم جاہل نہ رہیں۔ اگر سائنس کی طرف رجحان ہے تو پھر آپ بآسانی ایک بہترین کیریئر کا انتخاب کر سکتے ہیں۔

احساس کمتری

سوال:۔ میں ایک فرسٹ ایئر سائنس کا طالب علم ہوں اس کے ساتھ ہی مجھے نفسیات سے بھی دلچسپی ہے۔ میرا گھریلو ماحول خاصا بہتر ہے لیکن طبیعت کی تیزی کی وجہ سے بزرگوں کی ڈانٹ ڈپٹ برداشت نہیں کر سکتا۔ اس وجہ سے اکثر گھر میں سکون محسوس نہیں کرتا۔ مجھے شروع سے احساس کمتری میں مبتلا رکھا گیا۔ قوت ارادی تو ہے مگر جب وقفہ گزر جائے تو ارادے کو عملی جامہ نہیں پہنا سکتا۔ اس لیے جو کام بھی کرتا وہاں ناکامی کے ڈر سے اس میں دلجمعی نہیں رہتی۔ میرے ایک دوست نفسیات کے طالب علم ہیں اور نفسیاتی علاج کی کچھ سمجھ بوجھ رکھتے ہیں۔ انہوں نے کوشش کی کہ پوری طرح میرا علاج کریں مگر میں چاہتا ہوں کہ ماہر میرا علاج کرے۔ امید ہے آپ میرے مسائل پر خصوصی توجہ فرمائیں گے۔ (جنید اسلم۔ شیخوپورہ)

جواب:۔ آپ کو کسی نفسیاتی علاج کی ضرورت نہیں بلکہ محض وضاحت کی ضرورت ہے تاکہ آپ اپنے مزاج کو پہچان سکیں۔ سب سے پہلے تو یہ ذہن نشین کر لیجئے کہ کمتری کا احساس کوئی علالت نہیں، کمتری کی الجھن دوسری بات ہے۔ احساس کمتری حقیقتاً انسان کیلئے ایک لازم احساس ہے اگر یہ احساس موجود نہ ہو تو پھر آگے بڑھنے کی تمنا ہی پیدا نہ ہو۔ دوسروں کو اپنے آپ سے برتر دیکھ کر ہی انسان اس بات کا خواہشمند ہوتا ہے کہ وہ بھی اتنا ہی بڑا اور اتنا ہی بلند ہو جائے۔ یہ ابتدا ہے ترقی کی طرف قدم بڑھانے کی اور یہ احساس دنیا کے ہر بڑے سے بڑے انسان میں موجود ہوتا ہے اور وہ باوجود بڑا ہونے کے کچھ اور اچھائیاں بھی پیدا کرنے کی خواہش رکھتا ہے۔ عام طور پر قوت ارادی کی اصطلاح کو بہت غلط سمجھا جاتا ہے۔ عوام میں یہ غلط فہمی ہے کہ انسان کے ارادے میں اتنی قوت ہونی چاہیے کہ وہ جو کرنا چاہے کر ڈالے، یہ تشریح غلط ہے۔ ارادے کی تکمیل کیلئے لازم ہے کہ جس عمل کیلئے ارادہ کیا جا رہا ہے اس کا کوئی مقصد اور فائدہ سامنے ہو۔ کسی کام کے ارادے سے پہلے یہ سوچنا لازمی ہے کہ جو کام کرنا ہے وہ کیا مقصد رکھتا ہے اور اس کا کیا انجام ہے۔ اگر تمام باتوں کا قبل از ارادہ جائزہ لے لیا جائے تو پھر ارادے کا متزلزل ہونا مشکل ہوتا ہے۔ مقصد سے میری مراد (Motive) ہے۔ موٹیو (مقصد) جتنا شدید ہوگا، ارادہ اتنا ہی مضبوط ہوگا۔ خود اعتمادی بڑھتی ہے اگر آپ اس وقت کوئی ایسا کام کرنا چاہیں گے جو آپ کی عمر اور تجربے کے مطابق نہ ہو تو ظاہر ہے کہ آپ اعتماد کے ساتھ وہ کام نہیں کر سکتے۔ سردست آپ کا اولین فرض تعلیم ہے آپ کو تمام تر توجہ تعلیم کی طرف دینی چاہیے۔ اس کی تکمیل کے بعد ہی کچھ سوچیں گے۔ بزرگوں کی ڈانٹ ڈپٹ ایک احتسابی عمل ہے۔ ان کا ڈانٹنا اور آپ کو منع کرنا ایک فرض ہے۔ آپ سوچنے کا انداز بدل ڈالیے۔ زندگی دلچسپ اور خوبصورت نظر آنے لگے گی۔

پیار و شفقت سے محرومی

سوال:۔ میں ایک بڑی الجھن میں گرفتار ہوں، امید ہے آپ میری مدد فرمائیں گے، میری عمر ایک سال کی تھی کہ میرے والد صاحب جو کہ ایک مزدور تھے، انتقال کر گئے۔ ہم سب چار بہنیں اور دو بھائی تھے۔ مجھے ماموں نے اپنے ہاں رکھ لیا۔ میں نے جب ہوش سنبھالا تو اردگرد کے لوگوں نے مجھے منحوس کہا کہ میں اپنے والد کی موت کا ذمہ دار تھا مگر سکول میں مجھ سے ہمدردی کا برتاؤ کیا گیا۔ میں نے احساس محرومی اور پدرانہ محبت کے فقدان کو محسوس کر کے دنیا سے الگ تھلگ رہنا شروع کر دیا اور اپنی خیالی دنیا بسانے میں کامیاب ہو گیا اور جب میں نے عملی زندگی میں قدم رکھا تو میرے ہوش و حواس گم ہو گئے۔ میں بری طرح ناکام ہو گیا۔ میرے گھر والے کہتے ہیں کہ میں بدھو ہوں۔ دکان پر بھی انہی الفاظ سے نوازا جاتا ہوں۔ میں ذرا ذرا سی بات پر گھبرا جاتا ہوں۔ ان ناکامیوں کی وجہ سے میں خودکشی تک کرنے کا ارادہ رکھتا ہوں، میری مدد فرمائیے۔ (محمد سلیم۔ چکوال)

جواب:۔ ہر بچہ اپنی زندگی کا آئیڈیل اپنے باپ (یا کسی بزرگ) سے تشکیل کرتا ہے اور جب اسے کوئی آئیڈیل نہیں ملتا تو وہ راہ گم کردہ مسافر کی طرح بھٹکتا رہتا ہے۔ آئیڈیل کے نہ ملنے سے جہاں ایک طرف وہ زندگی کے نصب العین کے تعین سے محروم رہتا ہے وہاں دوسری کئی اور نفسیاتی خرابیوں کا شکار بھی ہو جاتا ہے۔ پیار اور شفقت کی محرومی نے آپ کو مایوس کر ڈالا اور اس مایوسی نے آپ کی دماغی صلاحیتوں کو مجروح کر دیا اور آپ بدھو ہونے پر مجبور ہو گئے بلکہ یوں کہیے کہ آپ کے لاشعور نے (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

استخارہ: سوتے وقت باوضو تین بار درود شریف دس بار الحمد شریف گیارہ بار سورہ اخلاص پڑھ کر سینے پر دم کر کے کام کا تصور کرتے ہوئے سو جائیں

اعصابی کمزوری | پیٹ بڑھ گیا ہے | پیٹ کے کیڑے | داغ اور گڑھے | ٹانکوں کے نشان

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

سانس کی نالیوں میں بلغم ہے

مسئلہ یہ ہے کہ میرے معدے اور سانس کی نالیوں میں بلغم جمی ہے۔ تمام نالیاں اٹی پڑی ہیں اور حلق میں ریشہ گرتا ہے اور مسوڑھے بالکل گل گئے ہیں۔ براہ کرم مجھے ایسی دوا بتائیں کہ تمام بلغم وغیرہ پاخانے کے ذریعے خارج ہوجائے اور میرا جسم زکام، بلغم سے چھٹکارا حاصل کرسکے۔ (عبدالودود، نوشہرہ)

جواب: بھائی! آپ یہ نسخہ مستقل 2 ماہ استعمال کریں۔ بلغم کو نکالنے، ریشہ ختم کرنے اور پھر نہ بننے میں یہ نسخہ بہترین چیز ہے۔ ملٹھی 100 گرام، سونف 100 گرام، ہلدی 100 گرام، ریوند چینی 100 گرام، کوٹ پیس کر سفوف بنائیں۔ نصف چمچ دن میں 3 یا 4 بار پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ کھٹی، ٹھنڈی، بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 2 استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

اعصابی کمزوری

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے شروع سے Tention ہے، بہت زیادہ حساس ہوں۔ کوئی زیادتی کرجائے تو کئی دنوں تک اس پر کڑھتی رہتی ہوں۔ چھوٹی چھوٹی باتوں پر گھبرا جاتی ہوں۔ بھوک ختم ہوجاتی ہے۔ ہر وقت افسردہ اور پریشان رہتی ہوں۔ گھر کا ماحول بھی اس قسم کا ہے۔ میری عمر 35 سال ہے، چار بچے ہیں۔ بڑی بچی 18 سال کی ہے۔ اعصابی کمزوری ہے، پٹھے کمزور ہیں، معدہ خراب ہے، تیزابیت بہت ہے، معدے اور آنتوں میں سوزش ہوجاتی ہے، وزن بہت کم ہے، ہر وقت تھکاوٹ رہتی ہے۔ رنگ زرد ہے، کام کرنے سے ہاضمہ بالکل خراب ہوجاتا ہے۔ ان سب بیماریوں کا ہر طرح کا علاج کروایا ہے لیکن افاقہ نہیں ہوتا۔ براہ مہربانی کوئی حل بتائیں۔ (طاہرہ رفیق۔ لاہور)

جواب: بہن! آپ مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں، نہایت مفید ہے۔ آپ کی تمام بیماریاں انشاء اللہ ختم ہوجائیں گی۔ جوارش شاہی، خمیرہ گاؤزبان سادہ، شربت عناب، مفرح شیخ الرئیس..... کسی اچھے دواخانہ سے لے کر لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ مصالحہ دار، تلی ہوئی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5,4,3 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ گیا ہے

میرا پیٹ باقی جسم کی نسبت بڑھا ہوا اور بہت بھدا لگتا ہے۔ لیکوریا بھی ہے۔ آپ نے محترمہ شہناز اقبال کو ان کے مسئلہ کیلئے جو سفوف بتایا ہے، کیا وہ میں استعمال کرسکتی ہوں۔ جس میں ملٹھی، ہلدی اور ریوند خطائی وغیرہ کا استعمال ہے۔ کھانے سے پہلے یا کھانے کے بعد استعمال کی جائے اور کیا مخصوص ایام میں بھی دوا استعمال کرلی جائے۔ مجھے ماہانہ ایام کا کوئی مسئلہ نہیں۔ میری ایک ممانی اور بہن کا بھی یہی مسئلہ ہے۔ انہیں بہت عرصے سے بہت زیادہ لیکوریا ہے، کمر اور ٹانگوں میں بھی درد رہتا ہے۔ ممانی کی عمر 30 سال ہے اور بہن کی عمر 17 سال۔ (کلثوم، مظفرگڑھ)

جواب: جی بہن! آپ اور دیگر خواتین یہ نسخہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ نہایت مفید اور مؤثر بلکہ کم قیمت ہے۔ ورموں، پیٹ بڑھنے، پرانے لیکوریا کیلئے نہایت اکسیر ہے۔ مستقل مزاجی، توجہ اور با پرہیز استعمال کریں۔ کھٹی بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 4,3 استعمال کریں۔

ٹانکوں کے نشان

بچپن میں گرنے کی وجہ سے ہونٹ پر چوٹ لگ گئی تھی، اوپر والے ہونٹ کے دونوں حصے ایک دوسرے سے الگ ہوگئے تھے۔ جسے بعد میں ٹانکوں کی مدد سے جوڑا گیا تھا لیکن ٹانکوں کے نشان اب تک باقی ہیں۔ جس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ اس سے پہلے کوئی علاج نہیں کروایا۔ کوئی ایسی دوا تجویز کردیں جس سے یہ نشان ختم ہوجائیں۔ دوسرا مسئلہ: میرے چہرے پر بہت تل ہوگئے ہیں اور ناک کے اوپر چھائی بھی ہے۔ ان مسائل کیلئے نسخہ تجویز کردیں۔ (حنا۔ کراچی)

جواب: آپ نشان کی جگہ شہد روزانہ صبح وشام لگائیں۔ کم از کم 3 ماہ تک یہ نسخہ استعمال کریں۔

مزید آپ چہرے پر تلوں کیلئے مصالحہ دار، گرم تلی ہوئی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ اکثر بہنیں دوائی تو کھاتی ہیں لیکن چٹ پٹی اور تلی ہوئی چیزوں سے کوئی پرہیز نہیں کرتیں لہٰذا آپ مکمل پرہیز کریں اور مزید معجون عشبہ اطریفل مندی 3 ماہ استعمال کریں۔ نہایت مفید اور آزمودہ ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 6,5 کو مستقل مزاجی سے کچھ عرصہ استعمال کریں۔

پیٹ کے کیڑے

میں ہشتم کا طالب علم ہوں مگر پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ میری خواہش ہے کہ اعلیٰ تعلیم حاصل کروں لیکن اب معلوم نہیں مجھے کیا ہوگیا ہے براہ کرم میری مدد کریں۔ دوسرا مسئلہ بالوں کا ہے۔ بال بہت کھردرے ہیں، کنگھی کرنا مشکل ہے۔ کوئی ایسی دوا بتائیں جس سے میرے بال ملائم، چمکدار اور سیاہ ہوجائیں۔ میں یہ بھی بتاتا چلوں کہ میرے پیٹ میں کیڑے ہیں، الٹراساؤنڈ سے معلوم ہوا ہے کہ کیڑے بہت باریک ہیں (ہاشم خان۔ بھکر)

جواب: آپ مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں، ضرور افاقہ ہوگا۔ باداموں کی گریاں 21 عدد کو رات کے وقت بھگو دیں اور صبح چھیل کر ایک ایک گری کھائیں، 90 دن کھائیں۔ اطریفل دیدن کسی اچھے دواخانے کی لے کر استعمال کریں، ایک ماہ تک بادی چیزیں اور مصالحہ دار چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 8 استعمال کریں۔

آنکھوں کے اوپر بوجھ

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے سات آٹھ سال سے چھینکوں کی بیماری ہے۔ زیادہ گرمی ہو یا سردی، دھوئیں، ڈسٹ، پرانے

سوکڑا: ستر بار الحمد شریف اور ایک بار سورہ قدر پڑھ کر تیل پر دم کریں یہ تیل روزانہ مالش کریں۔ انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

کپڑوں کی بُو سے بھی چھینکیں آتی ہیں۔ خوشبو سے اسی وقت سر میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ ناک کی ایک سائیڈ سے چھینکیں آئیں تو اسی طرف کی کنپٹی میں درد ہوتا ہے۔ سر ہر وقت بھاری رہتا ہے۔ آنکھوں کے اوپر بوجھ رہتا ہے۔ یادداشت بہت کمزور ہے۔ سب کچھ بھول جاتا ہوں۔ کندھے اور پٹھوں میں کھچاؤ پیدا ہو جاتا ہے۔ زیتون کے تیل سے مالش کرتا ہوں پھر بھی افاقہ نہیں ہوتا ہے۔ زکام کی وجہ سے بلڈ پریشر لو رہتا ہے۔ (قدرت اللہ لودھی ۔سندھ)

جواب: بھائی جان! یہ الرجی ہے اور اگر آپ اس کا مستقل علاج چاہتے ہیں تو یہ نسخہ دو ماہ مستقل استعمال کریں۔

ھوالشافی: پودینہ خشک اور اجوائن دیسی ہموزن پیس کر سفوف تیار کریں۔ نصف چمچ دن میں 4 بار پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ کھٹی، ٹھنڈی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں اور چارٹ سے غذا نمبر 7,6,5 کو استعمال کریں اور چند دنوں کے بعد آپ خود بخود فرق محسوس کریں گی۔

داغ اور گڑھے

ہم تین بہنوں کے منہ پر چھائیاں اور کیل بہت زیادہ ہیں۔ چہرے پر کالے داغ ہیں اور گڑھے بنے ہوئے ہیں جس کی وجہ سے چہرہ بدنما لگتا ہے۔ بہت سی کریمیں اور ٹوٹکے استعمال کیے ہیں لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میری بہن کے گلے میں کیرا گرتا ہے، یہ پانچ چھ سال پرانا ہے۔ اس کیلئے بھی دوائی بتائیں۔ (نور العین۔ ایبٹ آباد)

جواب: بہن! آپ لگانے سے زیادہ کھانے کی ادویات، یعنی غذائی ادویات اور پرہیز کی طرف توجہ دیں۔ اس سے فائدہ زیادہ ہو گا۔ معجون عشبہ، اطریفل منڈی، جوارش جالینوس اوپر لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق مستقل استعمال کریں اور مستقل 3 ماہ تک استعمال کریں۔ آپ چارٹ سے غذا نمبر 8,6 استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہو گا۔

آپ کی بہن کیلئے: ''اطریفل اسطخدوس'' ایک چمچ صبح وشام مستقل استعمال کریں انشاء اللہ افاقہ ہو گا۔

اپنی بہن کو چارٹ سے غذا نمبر 7,6 کو مستقل استعمال کریں۔ کرائیں۔ ان شاء اللہ چند یوم میں ہی فرق محسوس ہونا شروع ہو جائے گا۔

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کُتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہو گئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہو گی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ وارانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔ (بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترش باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقی)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، انجیر، عرق گاؤزبان، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بھی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، لیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، کیلے کا سالن، لسوڑھے کا اچار، گوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

آدمی کے اسلام کی خوبی امور بے فائدہ کو چھوڑ دینا ہے اور آپ ﷺ نے اس چھت پر سونے سے منع فرمایا ہے جس پر پردے نہ ہوں

سچ بولنے کا صلہ

بچوں کا صفحہ

''میں نے بیج گملے میں ڈالا تھا اور روزانہ پانی بھی دیتا تھا مگر اس سے اب تک کوئی پودا نہیں اگا، اس لیے خالی گملا لیے کھڑا ہوں۔'' بات سن کر بادشاہ ہنس پڑا، اس نے کہا تم ایک سچے لڑکے ہو، مجھے اپنے تخت وتاج کے لیے تم جیسے سچے لڑکے کی تلاش تھی۔

نماز میں دیر اور بچی کا سکول

بعد سلام عرض یہ کرنا ہے کہ میری پنساری کی دکان ہے اور میری بیٹی مدرسہ کی طالبہ ہے۔ اس کو چھٹی ایک بج کر 45 منٹ پر ہوتی ہے۔ میں آپ کے عبقری رسالہ کا مطالعہ کر رہا تھا۔ تقریباً ایک بج کر 35 منٹ کا ٹائم ہوگا میں آپ کے رسالہ کا مطالعہ ختم ہی کرنے والا تھا کہ اس میں یہ تحریر لکھی دیکھی کہ اپنی زندگی کا جو حال ہو اگر لکھ نہیں سکتے ہیں تو فون پر یا (Email) پر ہمیں بتائیں۔ کیا معلوم آپ کے 2 دو الفاظ کسی کی زندگی بدل دیں۔ تو یہ واقعہ اسی وقت میرے ساتھ پیش آیا۔ اب آپ اس کو میرا سوال سمجھ لیں یا پھر آپ بیتی، جہاں چاہیں تحریر فرمائیں!

ہوا یہ کہ میں آپکے رسالہ کا مطالعہ کر رہا تھا کہ بچی کے سکول سے چھٹی کا ٹائم ہوگیا۔ میں رسالہ بند کر کے دکان سے نکلنے والا تھا کہ میرے کالج کے زمانے کا دوست مجھ سے ملنے اور مشورہ کرنے پہنچ گیا۔ ادھر بچی کے سکول کی چھٹی کا وقت بھی ہو رہا تھا اور اُدھر ایک پرانا دوست۔ تو دل میں یہ خیال کر کے کہ چلو چھٹی کے بعد بچی نے سکول میں ہی تو رہنا ہے۔ چھٹی کا ٹائم ہے کون سا سکول لگنے کا ٹائم ہے۔ یہ سوچ کر دوست کے ساتھ بیٹھ گیا اور باتیں کرنے لگا اور باتوں باتوں میں کافی ٹائم گزر گیا۔ تقریباً بچی کو چھٹی ہوئے 15 منٹ ہو گئے۔ دوست نے کہا اب میں چلتا ہوں کہ اتنے میں ہمسایہ دوکاندار آگیا، میں اور وہ ایک ساتھ نماز کیلئے مسجد میں جاتے تھے اور کہنے لگا علی بھائی چلیں نماز کا ٹائم ہوگیا ہے۔ تو میں نے بڑے جوش میں آکر کہا کہ آپ چلیں میں تو ابھی تک بیٹی کو سکول سے لینے نہیں گیا۔ میں وہیں نماز پڑھ لوں گا۔ خیر اس کے بعد میں بچی کو لے کر گھر گیا اور واپس دکان پر آ کر دکان کے سامنے باغیچہ سا بنا ہے ادھر انفرادی نماز ادا کرنے لگا تو اچانک دل میں خیال آیا کہ دوست کی خاطر بچی کا رونا اور دیر ہونا برداشت کرلیا اور جب نماز کیلئے دوست نے دعوت دی تو اللہ کیلئے بلکہ 27 گنا ثواب یعنی کمائی سب بھول گئے۔ اللہ تعالیٰ نے جو اتنی نعمتوں سے نوازا ہے اس کا تمہیں بالکل ڈر خوف نہیں۔ تم جہاں 20 سے 25 منٹ دوست کو دے کر بچی کو رونے کیلئے چھوڑ سکتے ہو جو تمہیں نا تو کچھ فائدہ دے سکتا ہے اور نہ کچھ ذرہ برابر بھی نقصان، تو اللہ کیلئے بھی 10 منٹ دے سکتے تھے۔ جبکہ تمہارا تو یہ ایمان ہونا چاہیے تھا کہ تم اللہ کے حضور حاضری دے رہے ہو اللہ تعالیٰ تمہاری بچی کی حفاظت اس کے سکول میں فرماتا۔ لیکن تم اتنے پرانے نمازی اور اس کے علاوہ اللہ نے تمہیں مختلف نعمتوں سے نوازا، والد کا حج بدل کروایا۔ چار بھائیوں میں سب سے چھوٹے تھے، تمہارے کسی بھائی نے حج نہیں کیا۔ اللہ تعالیٰ نے تمہیں پہلے والدہ کو حج کروانے کی سعادت دی پھر والد (مرحوم) کا حج بدل کی سعادت۔ اس کے باوجود تم اتنے کمزور ایمان نکلے یا اتنی جلدی شیطان کے بہکاوے میں آگئے۔ بس نماز میں کھڑا تھا اور یہ تمام باتیں ذہن کے گرد گھوم رہی تھیں اور ندامت اور پشیمانی سے نماز پڑھتے ہوئے شرم آرہی تھی۔ یہ میرے دل کی آواز تھی اور میرا سوال اپنے آپ سے کہ تم اتنے خودغرض کیسے ہو سکتے ہو؟۔

(محمد علی انصاری۔ کوئٹہ)

سلام کرنے کے احکام وآداب

حسب ذیل امور وحالات میں مشغول شخص کو سلام کرنا مکروہ ہے اور کوئی شخص ایسی حالت میں اس کو سلام کرے تو ایسے شخص پر اس کا جواب دینا واجب نہیں۔

(1) حالتِ نماز میں (2) حالتِ ذکر میں (3) حالتِ خطبہ میں (4) حالتِ درس میں (5) حالتِ تلاوت میں (6) حالتِ اذان میں (7) حالتِ اقامت میں (8) حالتِ دعا میں (9) حالتِ تسبیح میں (10) مسائلِ شرعیہ کے مذاکرہ اور تحقیق کے دوران (11) فیصلے کے دوران (قاضی کو) (12) کسی کے کھانے پینے کے دوران (13) اجنبی عورت کو (14) برہنہ شخص کو (15) تلبیہ (لَبَّیْکَ اَللّٰھُمَّ لَبَّیْکَ) پڑھنے کی حالت میں۔ (16) حالتِ امامت میں (17) قضا حاجت کے دوران (18) حمام میں (19) حالتِ وعظ میں (20) مسجد میں نماز کے انتظار میں بیٹھنے والوں کو نیز درج ذیل لوگوں کو بھی سلام کرنا مکروہ ہے اور اگر یہ لوگ کسی کو سلام کریں تو ان کے سلام کا جواب دینا واجب نہیں۔

(1) علی الاعلان فسق وفجور میں مبتلا شخص (2) بھیک مانگنے والا (3) غیبت کرنے والا (4) سونے والا (5) شطرنج اور جوا کھیلنے والا (6) گانے بجانے والا (7) کبوتر باز (8) پاگل (9) اونگھنے والا (10) گالی بکنے والا (11) بات بات پر جھوٹ بولنے والا (12) شرابی (13) زندیق (14) کافر (از ردالمختار علی الدر المختار) (شامی) ج ا ص ۴۱۴، ۴۱۵) (سجاد احمد بھٹی۔ جڑانوالہ)

خالی گملا

بہت پرانے زمانے میں ایک بادشاہ تھا، اس کا کوئی بیٹا نہ تھا۔ جب وہ بوڑھا ہوگیا تو اسے فکر ہوئی کہ اس کے مرنے کے بعد تخت وتاج کا وارث کون ہوگا؟ لہٰذا ایک دن اس نے اپنے ملک میں اعلان کرایا کہ وہ ایک بچے کو گود لینا چاہتا ہے جو بعد میں اس کے تخت وتاج کا وارث ہوگا۔ بچے کے انتخاب کے لیے یہ طریقہ بتایا گیا کہ ہر بچے کو بیج دیا جائے گا۔ جس بچے کے بوئے ہوئے پودے پر سب سے خوبصورت پھول کھلے گا، وہ بادشاہ کا وارث بنا دیا جائے گا۔ سونگ چن نامی کا ایک لڑکا تھا، اس نے بھی بادشاہ سے ایک بیج لیا اور اپنے گھر آ کر ایک گملے میں بو دیا۔ وہ ہر روز اسے پانی دیا کرتا تھا، اسے امید تھی اس کے پودے پر سب سے زیادہ خوبصورت پھول کھلے گا۔ دن گزرتے گئے مگر گملے میں سے کچھ بھی نکلا۔ سونگ چن کو بڑی فکر تھی۔ اس نے ایک اور گملا خریدا اور دور سے جا کر مٹی لایا اور اس بیج کو دوبارہ احتیاط سے لگایا مگر دو مہینے گزر جانے پر بھی گملے میں سے کوئی پودا نہ نکلا۔ پلک جھپکتے میں پھولوں کی خوبصورتی کا دن آپہنچا۔ سارے ملک کے بچے شاہی محل میں جمع ہوئے۔ ہر ایک اپنے ہاتھوں میں ایک گملا لیے ہوئے تھا۔ گملوں میں رنگ برنگے پھول کھلے ہوئے تھے۔ وہ واقعی بڑے خوبصورت تھے۔ بادشاہ پھول دیکھنے بچوں کے پاس آیا۔ وہ ہر ایک خوبصورت پھول کو دیکھتا رہا مگر اسے کوئی پسند نہیں آرہا تھا۔ چلتے چلتے اچانک اس کی نظر سونگ چن پر پڑی جو ایک خالی گملا لیے سر جھکائے کھڑا تھا۔ سونگ چن کے پاس جا کر رک گیا اور اس سے پوچھا: ''بیٹے! تم خالی گملا لیے کیوں کھڑے ہو؟'' سونگ چن نے روتے ہوئے کہا: ''میں نے بیج گملے میں ڈالا تھا اور روزانہ پانی بھی دیتا تھا مگر اس سے اب تک کوئی پودا نہیں اگا، اس لیے خالی گملا لیے کھڑا ہوں۔'' بات سن کر بادشاہ ہنس پڑا، اس نے کہا تم ایک سچے لڑکے ہو، مجھے اپنے تخت وتاج کے لیے تم جیسے (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ماہِ اگست کے جوابات

☆ محمد صدیق صاحب آپ کے لیے ایک ٹوٹکہ بتاتا ہوں جو آج سے 41 سال قبل مجھے ایک باباجی نے بتایا تھا کہ جب بھی جسم یا کوئی حصہ سن ہو تو بکثرت درود شریف پڑھیں لاجواب چیز ہے اور بطور دوا معجون فلاسفہ استعمال کریں۔ (راحت مبین۔ کراچی) ☆ قاریہ عبیدہ شکور صاحبہ آپ اونچی آواز میں قرآن پڑھتی ہیں گلا بیٹھ جاتا ہے۔ اس کے لیے خود میرا اپنا تجربہ ہے کہ آپ جڑ پان ملٹھی تھوڑا تھوڑا ٹکڑا لے کر منہ میں رکھیں اور چوستی رہیں۔ سارا دن اس طرح صبح و شام رکھیں۔ (قاری واصف رشید۔ چک منوکل) ☆ وقار صاحب آپ کے سیاہ ہونٹوں کا علاج یہ ہے کہ آپ لیموں لگائیں یعنی ملیں ہلکا ہلکا روزانہ صبح ملیں پھر ہلکا بادام روغن لگا لیں۔ صبح و شام کریں 40 دن میں لاجواب نتائج ملیں گے۔ (روبینہ کوثر۔ جھنگ) ☆ نوراحمد صاحب آپ کو بیٹھے بیٹھے زوردار جھٹکا لگتا ہے۔ یہ دراصل بیماری ہے۔ آپ حیاتین اور وٹامن B استعمال کریں۔ (زوار حسین قمر، چکوال) آپ کو جھٹکا لگتا ہے یہ جادو ہے اس کا علاج ہر نماز کے بعد 3-3 بار چاروں قل مع تسمیہ ہے۔ 41 دن کریں اور سوتے وقت دائیں کندھے پر فرشتے سے کہا کریں اللہ تعالیٰ کے حکم سے میری حفاظت بڑھادو۔ (فضل ربی۔ صوابی) ☆ محترمہ عائشہ صاحبہ سر درد کی وجہ جناتی اور شیطانی شرارت ہے آپ سر پر انگلی سے تسمیہ پورا لکھا کریں سانس روک کر یہ عمل دن میں ہر نماز کے بعد کریں۔ 7 بار لکھیں کچھ عرصے میں واضح رزلٹ ملے گا۔ (عمارہ اقبال۔ رحیم یار خاں) سر درد کی وجہ سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ کو دائمی نزلہ جما ہوا ہے آپ اطریفل اسطخدوس استعمال کریں اور جوارش جالینوس کھانے کے بعد لیں۔ (ڈاکٹر قیصر علی۔ ہری پور) سر درد کی وجہ آپ کو ٹینشن ہے آپ کسی نفسیاتی معالج سے ملیں یا پھر ٹینشن نہ لیں (واجد رسول۔ یزمان) ☆ واجد حسین اور لکشمن داس صاحب قد بڑھانے کے لیے آپ حضرات تخم سرس اور اجوائن دیسی ہم وزن پیس کر 1/2 چمچ پانی کے ساتھ ہر کھانے کے بعد لیں کم از کم 5 ماہ تک۔ (مہوش تنویر۔ اسلام آباد) ☆ محترم آصف صاحب میرا اپنا تجربہ ہے کہ خود مجھے اور میرے میاں کو جب بھی نظر بد لگتی ہے تو میں نے دو انمول خزانہ پڑھ کر دم کیا اور دم کیا ہوا پانی پلایا 90 دن تک۔ (اصغر حسین۔ کوئٹہ) نظر بد کے لیے سورۂ قریش ہے مع تسمیہ 40 بار صبح و شام دم کر لیں۔ میرا بار بار کا تجربہ ہے۔ (قاری عطاء اللہ۔ وزیر آباد) ☆ محترم عذرا یونس صاحبہ آپ کی اولاد نے آپ کو چھوڑا ہے مایوس نہ ہوں میں خود اوسلو میں رہتی ہوں آپ اپنا نمبر عبقری کے ذریعے کسی طرح دیں میں آپ کی مدد کروں گی۔ (عظمت کلثوم۔ اوسلو یورپ) آپ اولاد کا تصور کر کے سورۂ الضحیٰ مع تسمیہ دن رات پڑھیں۔ باوضو پڑھیں بے وضو بھی پڑھ سکتی ہیں۔ سارا دن میں ہزاروں کی تعداد میں پڑھیں۔ 40 دن حد 70 دن تک پڑھیں۔ میری بہن کے ساتھ یہی معاملہ ہوا تھا۔ (وقار انجم۔ دبئی) ☆ محترم محسن عزیز صاحب بیٹی پاگل ہے موت کی دعا نہ کریں۔ کوشش کر کے اس کانوں میں ہر نماز کے بعد ہلکی آواز میں 7-7 بار اذان دیں۔ کچھ ماہ لگاتار یہ عمل کریں۔ یہ عمل مجھے حکیم صاحب (ایڈیٹر عبقری) نے بتایا تھا۔ میں نے جس جس کو بتایا وہ بالکل بہترین ہو گئے اور ان کا مسئلہ حل ہو گیا۔ (صدف۔ ساہیوال)

ماہ ستمبر کے سوالات

☆ میری اولاد نافرمان ہو گئی ہے میں عاجز آگئی ہوں اب تو دعا کرتی ہوں کہ یا تو اولاد مر جائے یا میں مر جاؤں کوئی عبقری کا پڑھنے والا میرا مسئلہ حل کر سکتا ہے کیونکہ میری زندگی تھوڑی ہے، جلدی کریں۔ (ایک دکھی ماں۔ حیدرآباد)

☆ مجھے ہر وقت ایک سایہ نظر آتا ہے جو کبھی مجھ سے جدا نہیں ہوتا۔ ہاں سو جاؤں تو ٹھیک ورنہ وہ سایہ مجھے خوفزدہ کرتا رہتا ہے۔ آخر کیا کروں یہ عرصہ 17 سال سے ہے (نور جہاں بیگم۔ تونسہ) ☆ مجھے شوگر ہوئی اور بڑھ گئی ہے۔ اب زخم ہو گئے ہیں جو کسی طرح ختم نہیں ہوتے۔ میں کیا کروں مجبور ہوں، کسی دوائی سے ختم نہیں ہوتے۔ (بنت یوسف۔ لندن)

☆ میرا شوہر دوسری عورتوں کی طرف دلچسپی لیتا ہے۔ میں خدمت میں کمی نہیں کرتی۔ اب بیٹیاں جوان ہیں۔ ان کا بھی فکر نہیں۔ آخر تھک ہار کر عبقری کے قارئین سے التجا کرتی ہوں۔ (مہناز قیوم۔ بہاولپور) ☆ میرے پورے جسم پر ایک بیماری ہے کہ تل اور چھلکے ہیں۔ چھلکے اتر جاتے ہیں پھر بن جاتے ہیں۔ یہ صرف جسم کے ڈھکے ہوئے حصوں پر ہوتے ہیں۔ صرف کھانے کی دوائی بتائیے لیکن صرف تجربہ شدہ (عرفان منور۔ اوکاڑہ)

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

اعجاز احمد، کوہاٹ۔ مہابت خان، لیاقت پور۔ محمد اسلم، کینیڈا۔ وحید احمد، دہلی۔ شہناز، چکوال۔ محمد جاوید، کیماڑی کراچی۔ محمد اکمل، لندن۔ نگہت، چیچہ وطنی۔ علی احمد خان، ملتان۔ محمد شفیع میمن، سکھر۔ عبدالولید، قلات۔ مہر نور احمد ناصر، سرگودھا۔ محمد اسلم سرائیک، شاہپور گجرات۔ عبداللہ، رسول پور کلاں۔ سمیہ کلثوم۔ کنیز فاطمہ۔ عشرت۔ نصرت۔ عافیت، حیدرآباد۔ عنایت اللہ شاہ، شاہ فیصل کالونی کراچی۔ فاطمہ جمال، ڈیرہ غازی خان۔ خان بہادر، منگورہ۔ شاہد محمود، مچھ جیل۔ محمد حارث، مانسہرہ۔ منظور حسین، جہانیاں۔ بشریٰ بیگم، کلور کوٹ۔ پیر بخش، ساہیوال۔ محمد رفیق میلسی۔ محمد اعجاز، فیصل آباد۔ فاطمہ فیصل۔ فریدہ سعید، نواب شاہ۔ مسعود الرحمٰن، بنو عاقل۔ خدیجہ نثار، کہوٹہ۔ وقار احمد، میلسی۔ محمو یونس، چیچہ وطنی۔ طارق احمد چنتر، راجن پور۔ محمد عقیل، ڈیرہ غازی خان۔ عفت رسول، رحیم یار خان۔ عظمیٰ لطیف، احمد پور شرقیہ۔ ڈاکٹر مہر النساء، کراچی۔ پروفیسر طاہر لطیف، لاہور۔ مصباح علی غلام، کراچی۔ امتیاز احمد تنویر، بنوں۔ آمنہ عباس، کوہاٹ۔ عالم زیب صفدر، گوجرانوالہ۔ صداقت حسین، کوئٹہ۔ عبدالقادر، لندن۔ قاسم جاوید، جدہ۔ ام کلثوم، کینیڈا۔ سید بابر علی، اوسلو ڈنمارک۔ سید فیضان عارف، اوکاڑہ۔ ڈاکٹر نگہت زمان، پتوکی۔ پروفیسر ڈاکٹر وقار الحق، پشاور۔ مریم، قلات۔ غلام رسول بھٹی، فیصل آباد۔ احمد رضا بھٹی، ہارون آباد۔ حاجی عبدالطیف، جدہ۔ عابد شبیر، لاہور۔ تاشفین، اوکاڑہ۔ اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکے۔

جادو سحر، کند ذہنی: 11 بار سورہ مزمل پانی پر دم کر کے صبح نہار منہ 40 دن پلائیں اول و آخر 11 بار درود شریف پڑھیں

نبویﷺ طریقے سے گلے کی بیماریاں ختم

حضورﷺ نے فرمایا کہ ''اے عورتو! تمہارے لیے افسوس کی بات ہے کہ تم اپنی اولاد کو قتل نہ کیا کرو اگر کسی عورت کے بچے کو گلے میں سوزش ہو یا سر میں درد ہو تو اسے چاہیے کہ قسط ہندی لے کر اسے پانی کے ساتھ رگڑ لے پھر اسے بچے کو چٹادے۔''

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

ٹانسلز کی پرانی شکایت: (ریاض حسین مکڑوال۔ میانوالی)

اپنا ایک تجربہ تحریر کرتا ہوں۔ میری بچی میانوالی مدرسہ الیاسیہ للبنات میں سال دوم کی طالبہ ہے۔ اس کو ٹانسلز کی پرانی شکایت بلکہ گنٹھیا کی شکایت ہے۔ جوڑوں میں درد رہتا ہے۔ جوڑ سوج جاتے ہیں۔ مدرسہ سے فون آیا کہ بچی بیمار ہے، آپ لے جائیں۔ بچی شدید بخار اور کان میں شدید درد کی وجہ سے تڑپ رہی تھی۔ گلے سوجے ہوئے تھے۔ میں نے E.N.T سپیشلسٹ میانوالی ہسپتال کو چیک کروایا۔ انہوں نے گولیاں، سیرپ تجویز کیں۔ ایک ہفتہ استعمال کرائیں، پہلے دو دن تو تکلیف کی شدت برقرار رہی مگر تیسرے دن کچھ افاقہ ہوا۔ ہفتے میں بچی ٹھیک ہوگئی۔ میں اسے مدرسے لے گیا۔ 2 ہفتے بعد پھر فون آیا کہ بچی بیمار ہے۔ میں لینے گیا تو پہلے کی طرح شدید تکلیف میں مبتلا تھی۔ میں نے طب نبویﷺ کا سہارا لیا اور بچی کو قسط ہندی پانی میں رگڑ کر چٹائی، پہلی خوراک سے بچی کی تکلیف رفع ہوگئی۔ 8 دن تین مرتبہ اور ساتھ جو ہر شفاء مدینہ 1/2 چمچ استعمال کرائی۔ رات کی خوراک لینے میں بچی نے سستی کی، رات کے نصف حصہ میں بچی کو شدید کان درد کی تکلیف شروع ہوگئی تو میں نے قسط ہندی رگڑ کر چٹائی ایک اور خوراک جو ہر شفاء مدینہ کی مزید دی۔ بچی ٹھیک ہوگئی اور رات سکون سے گزری اس کے بعد بچی کو تکلیف نہیں ہوئی، ماشاء اللہ بچی اب تندرست ہے۔

حضرت جابر بن عبداللہ روایت فرماتے ہیں۔

دخل رسول الله صلى الله عليه وآلہ وسلم عائشة وعندها صبی يسيل منخراه دما فقال ويلكن لاتقتلن اولاد كن ايما امرأة اصاب ولدها عذرة او وجع فى راسه فلتا خذ قسطاً هندياً فلتحكم بماء ثم تسد طيه اياه. فامرت عائشة رضى الله عنها فصنع ذلک بالصبی فبر. (مسلم، مسند احمد، بزاز)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ایک روز حضرت عائشہ صدیقہؓ کے گھر میں تشریف لائے تو ان کے یہاں ایک بچہ دیکھا جس کے منہ سے خون نکل رہا تھا۔ دریافت فرمایا: ''یہ کیا ہے'' انہوں نے کہا کہ اسے عذرہ (گلے کی سوزش) یا سر میں درد ہے۔ حضورﷺ نے فرمایا کہ، ''اے عورتو! تمہارے لیے افسوس کی بات ہے کہ تم اپنی اولاد کو قتل نہ کیا کرو اگر کسی عورت کے بچے کو گلے میں سوزش ہو یا سر میں درد ہو تو اسے چاہیے کہ قسط ہندی لے کر اسے پانی کے ساتھ رگڑ لے پھر اسے بچے کو چٹادے۔'' حضرت عائشہؓ نے انہی ہدایات کے مطابق بچے کیلئے نسخہ تیار کروایا اور بچہ تندرست ہوگیا۔

سانپ ختم کرنے کی آسان تدبیر:

گرمیوں کا موسم تھا، ہمارے گھر میں سانپ نکلا مگر ہم اسے مار نہ سکے۔ ہمارے گھر میں اکثر سانپ نکلتے رہتے تھے جن کو اکثر مار دیتے تھے مگر اس بار بچ کر نکل گیا۔ ایک دن میرا چھوٹا بچہ سکول سے گھر آیا تو سانپ اس کے قدموں میں آگیا، خدا کا شکر ہے کہ بچے کی جان بچی۔ وقفہ وقفہ سے گھر کے کسی نہ کسی کونے سے سانپ نمودار ہو جاتا۔ ہر بار بچ نکلنے میں کامیاب ہو جاتا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

شوہر کو اپنا گرویدہ کرنے کا آسان عمل

عشاء کی نماز کے بعد گیارہ سو (1100) مرتبہ "یَا مُؤْمِنُ" پڑھ کر آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور یہ تصور کریں کہ میں عرش کے سائے میں ہوں اور شوہر نیچے ہے۔ جب یہ تصور قائم ہو جائے تو شوہر کے اوپر پھونک ماردیں۔ بات کئے بغیر بستر میں چلی جائیں اور شوہر کا تصور کرتے کرتے سو جائیں۔ ان شاء اللہ خاوند کی طرف سے بداخلاقی، برائی، زیادتی کا اظہار نہیں ہوگا۔ اس عمل کی برکت سے شوہر بیوی کا گرویدہ ہو جاتا ہے۔ اگر کسی شوہر کے ساتھ بیوی کا سلوک اچھا نہ ہو تو یہ عمل شوہر بھی کر سکتا ہے۔ نتائج دونوں صورتوں میں ایک جیسے مرتب ہوں گے (مرسلہ: بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

ماہانہ روحانی محفل

نا ممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

23 ستمبر 2008ء بروز منگل کو ہماری روحانی محفل ہوگی۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد صبح 10 بج کر 21 منٹ پر سورۃ الکوثر مع تسمیہ 20 منٹ اور سورۃ النصر مع تسمیہ 21 منٹ (ہر بار تسمیہ مکمل ساتھ ضرور پڑھیں) یہ ذکر بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ پڑھائی مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) پرانے وقت کو مدنظر رکھیں۔ خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے۔ آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

یاخالق، یالطیف، یاودود کے کمالات

میرے قریبی عزیز مالی لحاظ سے بہت کمزور ہیں اور قرض کا بوجھ استطاعت سے کہیں بڑھ کر ہے۔ کاروبار میں کوئی قابل ذکر آمدنی نہیں۔ بڑی مشکل سے گھر کی دال روٹی چلتی ہے۔ بچوں کے سکول کی فیس دینا بھی بعض اوقات مشکل ہو جاتا ہے۔ بندہ نے اپنے اس عزیز کی ملاقات حکیم صاحب سے کروائی۔ آپ نے مندرجہ بالا ذکر اور روحانی محفل کا ورد بتایا جو کہ ہر ماہ کا مختلف ہوتا ہے۔ پہلے ایک نصاب مکمل کیا اور پھر حضرت نے دائمی طور پر یا خالق، یا لطیف، یا ودود (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

معذور کی خدمت کا نقد صلہ

رات کو سونے سے پہلے یہ غور کر کے سوئیں کہ کیا آج کوئی معمولی سا چھوٹا سا بھی نیک کام کیا یا نہیں۔ یاد رہے کہ کسی کا دکھ سن لینا اور اس کو تسلی دے دینا بھی نیکی ہے۔ کسی کی طرف مسکرا کر دیکھ لینا بھی نیکی ہے۔

(خورشید اختر۔ لاہور)

معزز قارئین! میں آپ کو اپنی زندگی کے چند واقعات گوش گزار کرنا چاہ رہی ہوں تاکہ آپ میں سے کوئی ایک بھی اگر ان واقعات سے سبق لے لے تو فلاح پا جائے گا۔ میرا نام خورشید اختر ہے۔ 1986ء سے پہلے میں انتہائی غریب اور پس ماندہ تھی۔ لوگوں کے کپڑے وغیرہ سی کر گزارہ کرتی تھی۔ ہاں بس ایک بوڑھے بابا جی جن کا کوئی نہ تھا ان کو صبح و شام ایک ایک روٹی پکا دیتی تھی جس نیکی کا صلہ اللہ پاک نے گورنمنٹ کے محکمے میں نوکری دے کر عطا کر دیا۔ کل 9 سو روپے تنخواہ تھی۔ ایک شام میں دفتر سے پیدل گھر کی طرف آ رہی تھی کہ ایک دکان کے باہر رش دیکھا۔ پوچھنے پر معلوم ہوا کہ دکاندار جس کی بہت چھوٹی سی پلاسٹک کے پھول بنانے کی دکان ہے، نے کسی شخص کے 2 سو روپے دینے ہیں اور کوئی شخص ان 2 سو روپے کی وجہ سے اس کی بہت بے عزتی کر رہا ہے۔ میں خاموش کھڑی ہو گئی جب رش ختم ہو گیا اور وہ آدمی بھی اس دکاندار کی بے عزتی کر کے چلا گیا۔ میں خاموشی سے اس دکاندار کے پاس آئی جو منہ جھکائے رو رہا تھا۔ میں نے خاموشی سے اسے 2 سو روپے دیئے اور چپکے سے وہاں سے چلی آئی۔ اللہ نے اس نیکی کے بدلے میں مجھے آفس میں بے حد ترقی دی۔ پھر میری بیٹی جوان ہوئی تو میں نے بڑی مشکل سے ایک ہزار روپے جمع کیے کیونکہ میں اس کے جہیز کیلئے بستر کے دو چار سیٹ لانا چاہ رہی تھی۔ ہم دونوں ماں بیٹیاں رکشے میں بیٹھیں تو آدھے راستے میں رکشہ رک گیا اور رکشہ والا بے حد تکلیف میں رکشے کا کچرا نکالنے لگا۔ اس کی پوری ٹانگ پر پلاسٹر چڑھا ہوا تھا پوچھنے پر پتہ چلا کہ 2 ماہ پہلے ایکسیڈنٹ میں اس کا اکلوتا جوان بیٹا ہلاک اور جبکہ وہ خود زخمی ہو گیا تھا۔ اس دن سے گھر میں فاقوں کی شدت سے مجبور ہو کر وہ کسی کا رکشہ مانگ کر روزی کمانے نکلا تھا۔ میں نے اپنی بیٹی کی طرف دیکھا اس نے وہ اکلوتا ایک ہزار روپے کا نوٹ رکشے والے کے ہاتھ پر رکھ دیا۔ رکشے والے کی دعاؤں سے میری بیٹی کی شادی بہت دھوم سے ہوئی۔

اللہ پاک نے مجھ اکیلی کی کمائی میں اتنی برکت دی کہ میں نے اسے جہیز میں ہر چیز دی۔ اس کے بعد کچھ مستحق بچوں کو ماہوار تعلیم کا خرچ دیتی رہی جس نیکی کے صلہ میں میرے پروردگار نے نہ جانے کیسے کیسے بندوبست کر کے مجھے اپنا گھر بنوا دیا۔ پھر میں نے سنا کہ دولڑائی کرنے والوں میں صلح کروانے کا ثواب اللہ پاک حج کے ثواب کی صورت میں دیتے ہیں۔ قارئین آپ یقین کریں میں نے ایک بہن جس کے باقی بہن بھائیوں نے اسے ہمیشہ کیلئے چھوڑ دیا۔ ایک بہن بھائی سے اس کی صلح صفائی کروائی۔ آج اس بہن سے سب ملتے بھی ہیں۔ بالکل اچانک ہی غیر متوقع طور پر مجھے اپنے آفس سے 3 لاکھ روپے کی رقم مل گئی جن میں سے میں اور میرا خاوند حج کر آئے اور حج سے آنے کے 8 ماہ بعد ہی رمضان شریف میں اس بہن کے ہمراہ باقی بہن بھائی عمرہ کیلئے گئے۔ میں اپنے پروردگار کے صدقے ہو جاؤں۔ اس کی رحمتیں اور نعمتیں ہم عاجز لوگوں پر ایسے ایسے جلوہ افروز ہوتی ہیں۔ ہم ہی ناشکرے ہیں۔ بندہ اللہ پاک کی نعمتوں سے خود دور ہو جاتا ہے۔ اللہ پاک اپنے بندے کو نہیں بھولتا۔ وہ اسے نوازتا ہی رہتا ہے۔ چاہے وہ اس قابل ہو یا نہ ہو۔ قارئین! خدا کی قسم میں نے یہ واقعات جو میری زندگی میں دو چار ہی ہیں، اس لیے نہیں لکھے کہ آپ کو میں اپنی بڑائی بیان کر رہی ہوں بلکہ صرف اس لیے لکھے ہیں کہ یہ پڑھ کر آپ بھی کوئی نہ کوئی نیک کام کرنے کی سوچیں۔ جس طرح بڑی سی آگ کو جلانے کیلئے چھوٹی چھوٹی لکڑیوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ اسی طرح ہمیں اپنے آپ کو دوزخ کی آگ سے بچانے کیلئے چھوٹی چھوٹی نیکیوں کی ضرورت ہے۔ ہمیں چاہیے کہ روزانہ رات کو سونے سے پہلے یہ غور کر کے سوئیں کہ کیا آج کوئی معمولی سا چھوٹا سا بھی نیک کام کیا یا نہیں۔ یاد رہے کہ کسی کا دکھ سن لینا اور اس کو تسلی دے دینا بھی نیکی ہے۔ کسی کی طرف مسکرا کر دیکھ لینا بھی نیکی ہے۔ کسی کی مال سے نہ سہی جان سے جسم سے مدد کرنا بھی نیکی ہے۔ جس طرح ماہنامہ عبقری کے طارق محمود صاحب بے حساب بے شمار نیکیاں اپنے اعمال میں جمع کیے جا رہے ہیں۔ اللہ پاک ہمیں بھی ان کے نقش قدم پر چلنے کی توفیق دے۔ (آمین)

ابوالحسن سراجؒ کی زبانی

مصیبتوں بھری داستان بیان کرنے کے بعد عورت کہنے لگی "صبر کا انجام محمود ہے اور بے صبری پر کوئی اجر نہیں ملتا"

(حافظ عبدالمتین خالد جامع مسجد فاروق اعظم۔ ڈوگرانوالہ)

ابوالحسن سراجؒ کہتے ہیں کہ میں ایک مرتبہ حج کو گیا۔ میں طواف کر رہا تھا کہ میری نگاہ ایک ایسی حسین عورت پر پڑی جس کے چہرے کا حسن چمک رہا تھا۔ میں نے کہا واللہ! ایسی حسین عورت میں نے آج تک نہیں دیکھی۔ اس کے چہرے کی رونق اس وجہ سے ہے کہ اس کو کبھی کوئی رنج و غم نہیں پہنچا۔ اس نے میری بات سن لی۔ کہنے لگی تم نے یہ کیا کہا؟ میں غموں میں جکڑی ہوئی ہوں اور میرا دل فکروں اور آفتوں سے زخمی ہے اور کوئی بھی میرے غم میں میرا شریک نہیں رہا۔ میں نے پوچھا کیا ہوا۔ کہنے لگی میرے خاوند نے قربانی کی ایک بکری ذبح کی۔ میرے دو چھوٹے بچے کھیل رہے تھے اور ایک بچہ دودھ پیتا میری گود میں تھا۔ میں گوشت پکانے کیلئے اٹھی تو ان دونوں لڑکوں میں سے ایک نے دوسرے سے کہا میں تجھے بتاؤں کہ ابا نے بکری کس طرح ذبح کی۔ اس نے کہا بتا۔ تو اس نے چھوٹے بھائی کو لٹا کر بکری کی طرح ذبح کر دیا۔ پھر وہ اس کو ذبح کر کے ڈر کے مارے بھاگ گیا اور پہاڑ پر چڑھ گیا۔ وہاں ایک بھیڑیے نے اس کو کھا لیا۔ باپ اس کی تلاش میں نکلا اور ڈھونڈتے ہوئے پیاس کی شدت سے مر گیا۔ میں دودھ پیتے بچے کو بٹھا کر دروازے تک گئی کہ شاید خاوند کا کچھ پتہ چل جائے تو سب سے چھوٹا بچہ گھسٹتا ہوا ہانڈی کے پاس پہنچ گیا جو چولہے پر رکھی ہوئی جوش سے پک رہی تھی۔ چھوٹے بچہ نے اس کو ہلایا وہ پکتی ہوئی اس پر گر گئی جس سے اس بچے کا سارا گوشت جل کر ہڈیوں سے الگ ہو گیا۔ میری ایک بڑی لڑکی تھی جو اپنے خاوند کے گھر تھی اس کو جب اس سارے قصے کی خبر پہنچی تو وہ خبر سن کر زمین پر گر گئی اسی میں اس کی موت بھی مقدر تھی۔ وہ بھی مر گئی۔ مقدر نے ان سب کے درمیان سے مجھے اکیلی کو چھوڑ دیا۔ میں نے کہا ان مصیبتوں پر تجھے صبر کس طرح آیا؟ وہ کہنے لگی کہ جو شخص صبر اور بے صبری میں الگ الگ غور کرے گا وہ ان کے درمیان بہت بون بعید پائے گا۔ صبر کا انجام محمود ہے اور بے صبری پر کوئی اجر نہیں ملتا۔ پھر اس نے تین شعر پڑھے اور چل دی جن کا ترجمہ یہ ہے کہ میں نے صبر کیا (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

جادو کا اثر: لوبان باریک پیس لیں 111 مرتبہ سورہ فلق اس پر دم کریں رات کو سارے گھر میں دھونی دیں' 41 یوم۔ ان شاء اللہ جادو ختم ہو جائیگا

غلطی کا اعتراف ✹ تعلیمی میدان میں ناکامی ✹ خوف کے سائے ✹ بُرے خیالات ✹ مشکلات اور رکاوٹیں

قارئین! جیسے دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل بتائیں گے۔ آپ کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں یہ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

مشکلات اور رکاوٹیں

میں پریشانی کی حالت میں خط لکھ رہی ہوں۔ تین سال پہلے کسی نے جادو کیا تھا جس کی وجہ سے حالات میں رکاوٹیں اور مشکلات کھڑی کر دی ہیں۔ کوشش کے باوجود ناکامی مقدر بن گئی ہے۔ نماز کی پابند ہوں اور اللہ تعالیٰ سے دعا کرتی ہوں کہ جلد ان اثرات کا خاتمہ ہو جائے۔ میرے حالات بہتر ہونے اور جادو کے اثرات ختم کرنے کیلئے کوئی مؤثر اسم و دعا بطور ورد بتا دیں۔ (سمیعہ، فیصل آباد)

جواب: صبح و رات سورۂ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں اور ساتھ ہی ہاتھوں پر دم کر کے پورے جسم پر پھیر لیا کریں۔ علاوہ ازیں نماز عصر کے بعد **یَا اَللّٰہُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ** ایک سو ایک بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں کہ اس یقین سے ہی انسان کو اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے اور اللہ تعالیٰ کی خوشنودی بھی حاصل ہوتی ہے۔ وسوسوں میں گرفتار نہ ہوں۔

نیند نہیں آتی

معمولی باتوں کو میری طبیعت بہت محسوس کرتی ہے، خیالات بہت زیادہ آتے ہیں اور پریشان کرتے ہیں۔ سکون کی کمی محسوس کرتی ہوں۔ لوگوں سے ملنے جلنے میں خوف اور گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ یوں لگتا ہے کہ لوگ مجھے بری نظروں سے دیکھ رہے ہیں۔ میٹرک کا امتحان دیا ہے، سوچتی ہوں کہ اگر ناکام ہو گئی تو لوگ کیا کہیں گے۔ پوری رات جاگ کر گزار دیتی ہوں اور نیند نہیں آتی۔ اگر میرا یہی حال رہا تو ضرور نقصان اٹھاؤں گی۔ (عائشہ، سیالکوٹ)

جواب: رات کو سونے سے پہلے وضو کر کے بیٹھ جائیں، دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر گیارہ بار **اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر لیں اور ہاتھ سر اور پورے چہرے پر پھیر لیں۔ اسی طرح تین بار کیا جائے۔ یہ عمل کم از کم چالیس دن کیا جائے اور جو دن رہ جائیں وہ شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔ نماز فجر کے بعد ایک تسبیح **یَا اَللّٰہُ یَا کَرِیْمُ** کی پڑھ لیا کریں۔ انشاء اللہ ذہن سے اندیشوں کا خاتمہ ہو جائے گا۔

معاشی حالات سے مایوسی

میری بڑی بہن کی شادی کو بیس سال ہو چکے ہیں اور بچے جوانی کی حدوں میں داخل ہو گئے ہیں۔ ان کے معاشی حالات بہت خراب ہیں۔ بچوں کی اسکول کی فیس ادا کرنا بھی مشکل ہو جاتا ہے۔ کوئی بیمار ہو جائے تو دوا کے اخراجات بمشکل پورے ہوتے ہیں۔ بہنوئی سپیئر پارٹس کا کام کرتے ہیں لیکن آمدنی بہت کم ہے اور کبھی حالات بہت خراب ہو جاتے ہیں۔ آج کل تو وہ دوکان پر جانے کیلئے بھی تیار نہیں ہوتے اور گھر بیٹھے رہتے ہیں۔ (شفیق، لاہور)

جواب: بہن اور بہنوئی سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد اول وآخر گیارہ بار درود شریف کے ساتھ گیارہ سو بار **یَا وَھَّابُ** پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں معاشی مشکلات کے حوالے سے دعا کیا کریں۔ معاشی معاملات میں پوری محنت اور دیانت داری سے کام لیا جائے اور اللہ پر توکل کیا جائے۔ کسی نہ کسی ذریعے سے آپ کی معاشی ضرورتیں پوری ہو جائیں گی۔ انشاء اللہ

ازدواجی زندگی سے خوفزدہ

میرے والدین انتقال کر چکے ہیں۔ بھائی پہلے خیال رکھتے تھے لیکن اب بھائی اور بھابھی کا رویہ حد سے زیادہ خراب ہو گیا ہے۔ بھابھی کی خواہش ہے کہ جلد میں اس گھر سے چلی جاؤں۔ ہر الٹے سیدھے اور نامناسب رشتے کو آگے بڑھا دیتی ہیں۔ میری بڑی بہن کے ساتھ ازدواجی زندگی میں اس طرز کے حالات ہو چکے ہیں اور سخت مشکلات اٹھاتی رہی ہیں۔ میں ان کا حال دیکھ کر بے حد پریشان ہوتی ہوں اور ڈرتی ہوں کہ میرا حال بھی ان جیسا نہ ہو جائے۔ (ش۔ لالہ موسیٰ)

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار **وَاللّٰہُ ذُوالْفَضْلِ الْعَظِیْمِ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں کہ وہ آپ پر رحم و کرم اور فضل و م فرمائیں۔ کم از کم چار ماہ تک اس وظیفے پر عمل کریں۔ اللہ تعالیٰ کی حکمت اور قدرت پر بھروسہ رکھیں کہ وہ جو کچھ کرے گا اس میں بہتری ہو گی۔

بند دروازے

عمر بڑھتی جا رہی ہے لیکن رشتے کی بات شروع نہیں ہوتی۔ پانچ سال پہلے ایک رشتہ آیا تھا لیکن والد اور بھائی نے انکار کر دیا۔ اس کے بعد سے جیسے دروازے بند ہو گئے ہیں۔ میں نے **یَا وَکِیْلُ** کا وظیفہ بھی پڑھا تھا۔ والد اور بھائی کا رویہ میرے ساتھ اچھا نہیں ہے جس کی وجہ سے میری پریشانی اور تفکرات بڑھتے جا رہے ہیں۔ (ح، ناز، لاڑکانہ)

جواب: نماز عشاء کے بعد گیارہ سو بار **یَا لَطِیْفُ** پڑھ کر بارگاہ ایزدی میں دعا کیا کریں اور کم از کم چار ماہ تک اس اسم کو پڑھیں اور بارگاہ الٰہی میں دعا کرتی رہیں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں کہ اس کی جانب سے جو کچھ ہوگا بہتر ہوگا۔

خوف کے سائے

میں ایک پٹرول پمپ پر نوکری کرتا ہوں اور رات کو چوکیداری کا کام کرتا ہوں۔ میری ڈیوٹی کے دوران رات کو ڈاکہ پڑا۔ اس دن سے خوف میرے اندر سرایت کر گیا ہے۔ رات کو خاص طور پر چونک جاتا ہوں اور کبھی تو لگتا ہے کہ ڈاکو داخل ہو گئے ہیں۔ ان کیفیات کی وجہ سے میں یکسوئی سے کام کر سکتا ہوں اور نہ اطمینان نصیب ہوتا ہے۔ (جمشید خان۔ کراچی)

جواب: ہر نماز کے بعد اور رات کو کئی بار **یَا اَللّٰہُ یَا حَفِیْظُ یَا بَدِیْعُ یَا وَدُوْدُ** گیارہ بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھوں، چہرے پر پھیر لیا کریں۔ انشاء اللہ بہت جلد خوف کے سائے ختم ہو جائیں گے۔

افسردگی اور ذہنی پریشانی

ہمارا گھر سکون سے محروم ہے۔ ایک بھائی ہے اور وہ بھی غصے کا تیز ہے۔ بات بات پر لڑتا جھگڑتا رہتا ہے۔ بہنوں میں بھی

تلخی پائی جاتی ہے۔ والدہ پریشان ہوکر بددعائیں دینے لگتی ہیں۔ والد صاحب معذور ہیں اور ان حالات کی وجہ سے افسردگی اور پریشانی میں رہتے ہیں۔ میں بھی ان حالات کی وجہ سے ذہنی دباؤ میں گرفتار ہوں۔ (صائمہ۔ مردان)

جواب: نماز فجر کے فوراً بعد ایک بار **یَا وَدُوْدُ** پڑھیں اور گھر کے لوگ جہاں سے پانی پیتے ہیں اس جگہ یا چیز پر دم کریں مثلاً صراحی، مٹکے وغیرہ۔ اس طرح تین بار کیا جائے۔ ہر نماز کے بعد سورۃ کوثر ایک بار پڑھ کر گھر کے چاروں کونوں پر دم کردیں۔ ان دونوں وظائف کو کم از کم چار ماہ مکمل استقامت سے کریں۔

غلطی کا اعتراف

بڑی بہن اور مجھ سے ایک غلطی ہوگئی تھی جسے رشتے داروں نے حد سے زیادہ بڑھا چڑھا کر پیش کیا اور والدین نے ہم دونوں سے بات چیت بند کردی۔ بڑی بہن جو شادی شدہ ہیں، انہیں گھر آنے سے منع کردیا گیا ہے۔ لیکن میں بہت برے دن گزار رہی ہوں۔ میں چاہتی ہوں کہ والدین ہمیں معاف کردیں اور باجی کو گھر آنے کی اجازت دیں۔ رشتہ داروں کی باتوں پر دھیان نہ دیں۔ (ظاہرہ خان۔ پشاور)

جواب: نماز فجر کے بعد تین سو بار **یَا غَفَّارُ** اور نماز عشاء کے بعد اسی تعداد میں **یَا حَکِیْمُ** پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کیا کریں۔ اللہ نے چاہا تو جلد حالات آپ کیلئے بہتر ہوجائیں گے۔

مکان فروخت ہوگیا

ہمارے معاشی حالات روز بروز خراب ہوتے جارہے ہیں۔ ہمارا مکان فروخت ہوگیا اور اب ہم کرائے کے مکان میں رہائش پذیر ہیں۔ آمدنی کے ذرائع محدود ہوگئے ہیں اور آمدنی بھی کم ہوگئی ہے۔ (عبدالحفیظ۔ کراچی)

جواب: نماز فجر کے بعد تین سو بار **یَا بَاسِطُ** اور نماز عشاء کے بعد اسی تعداد میں **یَا وَاسِعُ** پڑھ کر دعا کیا کریں اور پوری دیانت داری کے ساتھ کوششیں بھی جاری رکھیں۔ اللہ تعالیٰ فضل و کرم فرمائیں گے اور ان شاء اللہ [illegible]

تعلیمی میدان میں ناکامی

میں پڑھنے کیلئے بیٹھتا ہوں تو ذہن ادھر ادھر کی باتوں میں لگ جاتا ہے اور کتابوں کو ہاتھ لگانے کو بھی دل نہیں چاہتا۔ تین چار سالوں سے تعلیم کے میدان میں ناکامی کا سامنا کررہا ہوں۔ والدین میرے احوال سے پریشان ہیں۔ اگرچہ حصول علم کو اپنے لیے ضروری سمجھتا ہوں لیکن دل و دماغ ساتھ نہیں دیتے۔ میری ذہنی کیفیات بھی توجہ طلب ہیں۔ معمولی باتوں کو بہت محسوس کرتا ہوں۔ ہمہ وقت ایک بے چینی ذہن کے اندر موجود رہتی ہے۔ اپنے فیصلوں پر عمل کے بعد سوچتا ہوں کہ صحیح کیا یا غلط۔ والدین کے آگے اونچی آواز میں بات کرنے لگ جاتا ہوں۔ اگرچہ جان بوجھ کر ایسا نہیں کرتا لیکن غصے کی وجہ سے اپنے اوپر کنٹرول ختم ہوجاتا ہے۔ (اسلم خان۔ میانوالی)

جواب: آپ ذہنی طور پر انتشار اور عدم مرکزیت میں مبتلا رہتے ہیں جس کی وجہ سے پوری توجہ سے کام نہیں کرسکتے۔ نیز اعصابی ہیجان میں مبتلا ہوکر ایسی باتیں کرجاتے ہیں جو نہیں کرنی چاہیے۔ آپ خود اپنے خیالات کا تجزیہ کرکے زیادہ سے زیادہ پُرسکون رہنے کی کوشش کریں اور زائد خیالات سے دور رہیں۔ اس بات کے حصول کیلئے نماز فجر کے فوراً بعد تین بار **یَا وَدُوْدُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیرلیں۔ پھر اسی تعداد میں یہ اسم پانی پر دم کرکے پی لیں۔ باقی چار نمازوں کے بعد **یَا اَللّٰهُ یَا حَفِیْظُ یَا مُرِیْدُ** گیارہ بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیرلیا کریں۔

رشتوں میں رکاوٹ

مسئلہ میری بڑی بہن کی شادی سے متعلق ہے۔ ان کا رشتہ طے ہونے میں مشکلات اور رکاوٹیں حائل ہورہی ہیں۔ ایک جگہ منگنی ہوئی لیکن پھر بات ختم ہوگئی۔ رشتے آتے ہیں لیکن بات طے نہیں ہوتی۔ گھر والے زیادہ پریشان اس لیے ہیں کہ ان کے بعد بھی تین بہنوں کی شادیوں کا مسئلہ ہے۔ کیا رشتے میں کوئی بندش ہے؟ کیوں کہ ہمارے جاننے والوں میں ایک عورت حاسد ہے اور جادو ٹونے میں دلچسپی لیتی ہے۔ (نور زمان۔ لاڑکانہ)

جواب: بہن سے کہیں کہ نماز فجر کے بعد **یَا اَللّٰهُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ** دو بار اور نماز عشاء کے بعد تین سو بار مسلسل پڑھیں کریں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں اور بندش اور جادو وغیرہ کے اثرات کا خیال نہ کریں۔ اللہ نے چاہا تو جلد نتائج سامنے آئیں گے۔

ذہنی صلاحیتیں

میری ذہنی صلاحیتیں پوری طرح کام نہیں کرتیں۔ کسی بات کو پڑھنے یا سننے کے بعد اسے دہرانے میں مشکل ہونے لگی۔ بات کرتے کرتے بہت سی باتیں ذہن سے نکل جاتی ہیں اور سلسلہ گفتگو بے ربط ہوجاتا ہے۔ دوسری مشکل یہ ہے کہ اپنی بات کو اچھے طریقے سے بیان نہیں کرسکتا۔ الفاظ ذہن میں نہیں آتے غصے [illegible] کو جو بات کی بنا پر لوگوں سے بات کرنے سے گریز کرتا ہوں۔ میں ذہن کی حرکت پر کنٹرول کیلئے کوئی بھی عمل کرنا چاہتا ہوں۔ کیا جلد رشتے کیلئے اور اچھی جگہ ہونے کیلئے سورۃ اخلاص کا وظیفہ بھی اس کے ساتھ پڑھ سکتا ہوں۔ (ذوالفقار علی۔ حیدرآباد)

جواب: ذہنی حرکات پر کنٹرول حاصل کرنے کا ایک طریقہ سانس کا عمل ہے۔ نماز فجر کے بعد آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آہستگی سے سانس اندر لیں اور باہر نکالیں اور پوری توجہ سانس کے عمل پر مرکوز رکھیں۔ جب بھی سانس اندر جائے اور سینہ سانس سے بھر جائے ایک بار **یَا رَحِیْمُ** پڑھ لیا کریں۔ مسلسل دس پندرہ منٹ تک یہ عمل کیا جائے۔ بعد ازاں اکتالیس بار **یَا اَللّٰهُ یَا مُرِیْدُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ رات کو سونے سے قبل سورۃ یٰسین پڑھیں اس کے بعد **یَا حَفِیْظُ** پڑھتے پڑھتے سوجائیں۔ رشتے اور شادی کیلئے آپ کو سورۃ اخلاص کے وظیفے کی اجازت ہے۔

بُرے خیالات

میرے ذہن میں ہر وقت برے برے خیالات چھائے رہتے ہیں جو میری صحت اور تعلیم پر اثر انداز ہورہے۔ کوئی ایسا طریقہ بتائیں جس پر عمل کرکے میں اس بری عادت سے جان چھڑا سکوں۔ (مرزا خرم شہزاد۔ لاہور)

جواب: آپ ان تصورات کا خیال کرکے 141 بار **اَللّٰهُ الصَّمَدُ** نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد پڑھیں۔ لیکن اول آخر گیارہ گیارہ بار درود ابراہیمی ضرور پڑھیں۔ ان شاء اللہ چند دنوں میں ہی آپ ان خیالات سے چھٹکارا حاصل کرلیں گے۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ یقیناً نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ اہل علم! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کرکے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں [illegible] کتابت [illegible] ممکن نہیں [illegible] جلدی کی [illegible] پتا چلتا ہے [illegible] علم [illegible] حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے [illegible] کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

بیٹا آتے ہوئے سری لے آنا

اسی وقت جو سری میں نے ہینڈل کے ساتھ باندھی ہوئی تھی اس نے بولنا شروع کر دیا جیسے بکرے بولتے ہیں۔ میرے پاس قلمیں تراشنے والا چاقو تھا میں نے فوراً چاقو نکالا اور اس کے دونوں ہونٹوں کو پکڑ کر چاقو سے آر پار کر دیا۔

(عنایت محمد۔ کلووال سیالکوٹ)

میں ضلع سیالکوٹ میں قصبہ کلووال کا رہنے والا ہوں ہمارے گاؤں سے جو سڑک سیالکوٹ جاتی ہے، اب اس پر دو نہریں ہیں۔ پہلے ایک ہی نہر تھی۔ یہ واقعہ 1951ء کا ہے۔ میں سیالکوٹ سے سودا لینے کیلئے تیار ہوا تو میرے والد صاحب نے کہا کہ بیٹا آتے ہوئے سری لے آنا۔ بڑی دیر سے بکرے کا گوشت نہیں کھایا۔ سیالکوٹ میں سودا لینے کے بعد میں نے بکرے کی سری خریدی، جس کے بڑے سینگ تھے۔ میں نے رسے کو ڈبل کیا اور اس کے سینگوں کو باندھ دیا اور سینگوں کو سائیکل کے ہینڈل کے ساتھ باندھ دیا۔ سیالکوٹ سے جب میں واپس پہنچا اور نہر کے پل کے اوپر سے گزر رہا تھا تو شام کی اذان ہو رہی تھی۔ ساون کا مہینہ تھا۔ تمام راستے بارش کی وجہ سے بند تھے۔ صرف ایک ہی راستہ تھا جس سے میں پیدل چل کر جا سکتا تھا۔ یہ راستہ بگی کے بے کے نام سے مشہور تھا۔ بگی کا ٹبا ایک ایسی جگہ ہے جہاں پر ایک درخت ہے اس درخت پر دوپہر کے ٹائم کوئی بھی نہیں بیٹھتا کیونکہ یہاں پر جن، بھوت، چڑیلیں بہت زیادہ تھیں۔ اسی ڈر کی وجہ سے یہاں پر کوئی نہیں جاتا تھا۔ جب میں سائیکل کو لے کر نہر کے نیچے اترا تو آگے چاچا فقیر محمد کی چائے والی دکان تھی۔ میں نے چاچا فقیر کو کہا کہ چائے بنا دو، چاچے نے چائے بنانا شروع کر دی اور ساتھ ہی ساتھ میں دکان بند کرنا شروع کر دی۔ میں نے سوال کیا کہ چاچا جی آپ تو رات دس بجے دکان بند کرتے ہیں آج اتنی جلدی کیوں بند کر رہے ہیں؟ ابھی تو شام ہوئی ہے تو چاچا نے جواب دیا کہ جو سامان تم نے سائیکل پر باندھ رکھا ہے اور جس راستے سے تم نے جانا ہے وہاں تمہاری جان کو خطرہ ہے۔ میں تمہیں اپنے گھر لے جاؤں گا۔ میں نے کہا چاچا جی موت کا وقت اٹل ہے۔ موت جب بھی آئے گی اسے کوئی روک نہیں سکتا۔ میں چائے پی چکا تھا اور وہ تالہ لگا چکے تھے۔ میں سائیکل پر زبردستی سوار ہو گیا تھا۔ بگی کے بے سے ایک فرلانگ پہلے میں اتر گیا کیوں کہ بارش کی وجہ سے آگے راستہ خراب تھا۔ میں سائیکل سے اتر کر تھوڑا ہی آگے گیا کہ میری سائیکل کو کسی نے کھینچنا شروع کر دیا۔ مجھے فوراً یاد آیا کہ میرے والد صاحب نے بتایا تھا کہ اگر کوئی ایسا واقعہ پیش آئے تو فوراً ننگے ہو جاؤ۔ خوب اندھیرا تھا میں نے اپنی شلوار اتار دی اور شلوار کو ہینڈل کے ساتھ باندھ دیا اور پھر چل دیا پھر تو میرے پیچھے ایک فوج تھی کہ پکڑ لو، مار ڈالو۔ پاؤں کی آواز ایسی تھی کہ جیسے کوئی بارات ہو۔ جب میں بے سے نیچے اترا تو آگے ایک نالہ تھا جس کو ہم کروالی کہتے ہیں۔ اس کے کنارے کھڑے ہو کر میں جائزہ لے رہا تھا کہ کہاں سے اس کو عبور کروں۔ ریت ہو، کیچڑ نہ ہو کیچڑ میں سائیکل پھسل جاتی ہے۔ اسی وقت جو سری میں نے ہینڈل کے ساتھ باندھی ہوئی تھی اس نے بولنا شروع کر دیا جیسے بکرے بولتے ہیں۔ میرے پاس قلمیں تراشنے والا چاقو تھا۔ میں نے فوراً چاقو نکالا اور اس کے دونوں ہونٹوں کو پکڑ کر چاقو سے آر پار کر دیا۔ سری نے بولنا بند کر دیا، مگر آوازیں آنا شروع ہو گئیں کہ ہمارا ساتھی بند کر کے جا رہا ہے، میں نے جب کروالی کو پار کیا تو جلدی جلدی اپنے گھر کی طرف چلنا شروع کر دیا۔ میں جب گاؤں پہنچا تو میرے والد صاحب اپنے ہم عمر کے ساتھ بیٹھے حقہ پی رہے تھے۔ میرے والد صاحب فوراً میرے پاس آئے اور پوچھا کیا ہوا ہے؟ میں نے ان کو سب کچھ بتایا جو کچھ میرے ساتھ ہوا تھا۔ میرے والد صاحب نے مجھے وہیں کھڑے رہنے کیلئے کہا۔ گھر جا کر میری قمیض لے کر آئے اور مجھے مسجد میں لے کر گئے۔ وہاں جا کر میں نہایا اور میری قمیض کو میرے والد صاحب نے خود ہی اٹھایا اور مجھے ہاتھ نہ لگانے دیا۔ کیونکہ میرے والد صاحب بہت بڑے عالم تھے۔ انہوں نے قمیض کو بچھا کر اس میں سری رکھی اور شلوار بھی اسی میں رکھ دی اور اس میں ایک اینٹ بھی رکھ دی اور اس کا گولہ بنا کر نالے سے باندھ دیا۔ مجھے ساتھ لے کر گاؤں کی دوسری جانب ایک نالہ ہے جسے ہم وایا کہتے ہیں، اس کے کنارے جا کر والد صاحب نے پوچھا کہ سب سے گہرا پانی کدھر ہے؟ میں نے ایک جگہ بتائی کہ یہاں پر گہرا پانی ہے۔ انہوں نے کچھ پڑھا اور اس گولے پر پھونک (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

عبقری سے فیض پانے والے

جوہر شفائے مدینہ کے بارے میں تاثرات

اس دوا کو کئی مریضوں کو استعمال کرایا، نہایت مفید پایا۔ جو ایک دفعہ لے جاتا ہے، بار بار لینے آتا ہے۔ آپ سے فون کرنے کے بعد لکی مروت سے ایک مریض کا فون آیا جو پہلے دو دفعہ دوا لے چکا تھا۔ مزید کافی مقدار میں طلب کر رہا تھا۔ اس کی والدہ اس دوائی کی دلدادہ ہو گئی تھی۔ مریضہ کئی امراض کا مجموعہ تھی۔ سانس دب جاتا تھا۔ بات نہیں نکلتی تھی۔ تبخیر معدہ، جلن، تیزابیت بے حساب۔ اس کو اس دوا سے شفا ملی۔ ایک ہیپاٹائٹس کی مریضہ جو کہ لاکھوں روپے کے ٹیکے لگوا کر تنگ آ چکی تھی، نے چند خوراکوں کے استعمال کے بعد ٹیسٹ ایا تو 20 سے 25 تک ALT گر گیا۔ ایک عورت جس میں وظیفہ زوجیت سے بے رغبتی پائی جاتی اور بیزار تھی اس کے استعمال سے رغبت بہت زیادہ ہو گئی۔ ایک دل کے مریض، جس کا چند قدم چلنا مشکل تھا، سانس پھول جاتا تھا، شوگر بڑھی ہوئی، ہاضمہ خراب، نہایت پریشانی کے عالم میں آیا، اس دوائی کے استعمال کے بعد الحمدللہ چہرہ ہشاش بشاش ہو گیا اور ایک کلومیٹر تک پیدل چلنے کے قابل ہو گیا۔ میری بیوی میری کوئی دوائی استعمال نہیں کرتی۔ کہتی ہے تمہاری دوائیوں سے میں ٹھیک نہیں ہوتی مگر جوہر شفاء مدینہ جب میں مریضوں کو دینے لگتا ہوں تو کہتی ہے یہ مریضوں کو نہ دو میرے لیے چھوڑ دو۔ یہ دوا واقعی بے نظیر ہے۔

(مرسلہ: حکیم ریاض حسین۔ مکڑوال ضلع میانوالی)

(بقیہ: دین اسلام انسانی صحت کا نگہبان)

بیماری بن گئی ہے۔ ہمارا دین اس کی پوری طرح بیخ کنی کرتا ہے۔ اپنے اللہ پر پورا بھروسہ کریں۔ اس کی رضا میں راضی رہیں۔

ہر رنگ ہی راضی پر فنا ہو کے مزا دیکھ
دنیا ہی میں بیٹھے ہوئے جنت کی فضا دیکھ

مثبت فکر ہر طرح کے ذہنی تناؤ کا علاج ہے۔ دوسروں کے خیالات کا احترام کریں اور غصہ کے بجائے افہام و تفہیم سے کام لیں۔ معاشرے کے ساتھ ٹکراؤ کی پالیسی کو اختیار نہ کریں بلکہ اپنی انا کی قربانی بھی دینی پڑے تو دریغ نہ کریں۔ ہمیشہ حق کی حمایت کریں، آپ کو پچھتانا نہیں پڑے گا۔ سچائی کبھی نہیں بدلتی، یہ آپ کو سکون دے گی۔ دوسروں کو معاف کرنے اور ان کی خدمت کرنے میں خوشی ہوتی ہے اور ذہنی تناؤ کم ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ سے اچھی امیدیں رکھیں، پیدا کرنے والے کو ہمہ وقت ہماری بہتری کی فکر ہے۔ اس کی مخلوق کی خدمت کرنے سے وہ راضی ہوتا ہے۔ اس کے ہر کام میں کوئی نہ کوئی حکمت ہوتی ہے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں توفیق دے کہ ہم اس کے حکموں پر عمل کر کے اپنے دین اور دنیا دونوں میں کامیابی حاصل کر سکیں۔ (آمین)

سانس کے ذریعے۔ بیماریوں سے بچیں

علم النفس میں بائیں نتھنے سے سانس جاری ہوتو اسے قمری سر کہتے ہیں۔ دائیں نتھنے سے سانس جاری ہوتو اسے شمسی سر کہتے ہیں۔ جب دونوں سانس برابر چل رہی ہوتو اسے نفس مقساویہ کہتے ہیں۔ (صادق کاکڑ۔ دکی بلوچستان)

(تحریر: صادق کاکڑ۔ دکی بلوچستان)

علم سانس جسے علم النفس بھی کہتے ہیں ایک عجیب وغریب علم ہے۔ سانس کے علم میں جہاں کسی کو تابع کرنا، دشمن کو زیر کرنے کے پراثر عملیات موجود ہیں تو دوسری طرف سانس سے بیماریوں کا عجیب وغریب لیکن آسان علاج موجود ہیں۔ علاج بیان کرنے سے پہلے ہم چند اصطلاحات کا ذکر کرتے ہیں۔ ویسے تو علم نفس میں بہت سی اصطلاحات ہیں لیکن یہاں ہم صرف ان دو اصطلاحات بیان کرتے ہیں جس کی آج کی نشست میں ضرورت ہے۔ علم النفس میں بائیں نتھنے سے سانس جاری ہوتو اسے قمری سر کہتے ہیں۔ دائیں نتھنے سے سانس جاری ہوتو اسے شمسی سر کہتے ہیں۔ جب دونوں سانس برابر چل رہی ہوتو اسے نفس مقساویہ کہتے ہیں۔ ڈاکٹر علامہ شاہ گیلانی اپنے ذاتی تجربات بیان کرتے ہوئے لکھتے ہیں (1) جب کبھی معدہ میں گرانی ہو، بدہضمی ہو، متلی کی علامات پیدا ہوں۔ میں ہمیشہ شمسی سر چلا دیا کرتا ہوں پانچ منٹ میں بغیر کسی دوائی کے صحت آجاتی ہے۔ (2) گرمی کے زکام میں قمری سر اور سردی کا زکام شمسی سر چلانے سے زکام درست ہو جاتا ہے۔ (3) پیاس کی شدت یا روزہ کی تلخی میں قمری سر چلا دینے سے تسکین آجاتی ہے۔ (4) انتہا کے غصہ کی حالت میں قمری سر چلانے سے تسکین آجاتی ہے۔ (5) بخار کی حالت میں قمری سر چلانے سے سردرد، متلی، پیاس کی شدت، بے چینی، شدت حرارت ختم ہو کر رہ جاتی ہے۔ (6) جب کسی وجہ سے نیند نہ آئے قمری سر چلا کر چاند کا تصور کرتا ہوں۔ پانچ منٹ کے تصور میں ہی نیند آجاتی ہے۔ (7) تپ لرزہ آنے سے پہلے تحقیق کرلو کہ کون سے سر میں آئے گا دورہ آنے سے کچھ وقت پہلے اس سر کو بند کر دو اسی روز دورہ موقوف ہو جائے گا۔ نہایت مجرب ہے۔

عجائبات سانس: قمری سر جاری ہوتو جو دوائی کھائی جائے اپنا پورا اثر دکھاتی ہے۔ مرد کا شمسی سر اور عورت کا قمری سر جاری ہوتو انشاء اللہ استقرار حمل ہوگا اور بحکم خدا لڑکا پیدا ہو گا۔ مجرب عمل سے محبت کا ایک زندہ کارنامہ ہے اور لذت کا سرتاج عمل ہے۔ اگر بوقت مباشرت نفس متساویہ چل رہا ہو اور حمل ٹھہر جائے تو پیدا ہونیوالا فحش یا درویش ہوگا۔ جس کسی دشمن یا شخص سے اپنی بات منوانی ہوتو اسے اپنی بند سر کی طرف رکھے جو بات ہوگی تکمیل ہو جائے گی۔ آپ جب بھی کھانا کھائیں تو ہمیشہ شمسی سر میں کھائیں اور جب پانی پینا ہوتو قمری سر میں پیئے اور پیشاب و پاخانہ بھی قمری سر میں کریں اس عمل کو جاری رکھیں تو کبھی کوئی بھی مرض و بیماری نزدیک نہ آئے گی۔ دائمی صحت و تندرست رہے گی۔ امراض آپ کو پہچانیں گے بھی نہیں۔ اگر آپ شمسی سے قمری یا قمری سے شمسی سر بنانا چاہیں تو تبدیل ہو سکتی ہے۔ اس کے مختلف طریقے ہیں۔ مجرب ترین طریقہ ہے کہ جو سر جاری کرنا مطلوب ہو اس کے دوسرے پہلو کے بل لیٹا جائے۔ منہ بند کر کے سانس لیجیے۔ پانچ منٹ میں مطلوبہ سانس چل جائے گی۔

مختلف جانوروں کی بولیاں

جانور جب بولتے ہیں تو کیا کہتے ہیں۔ ہر جانور کی بولی الگ الگ ہے اور جب بھی کوئی جانور بولتا ہے تو وہ اکثر و بیشتر اللہ کی تسبیح کرتا ہے یا وعظ و نصیحت کی کوئی بات کہتا ہے چنانچہ ☆ تیتر کہتا ہے **اَلرَّحْمٰنُ عَلَی الْعَرْشِ اسْتَوٰی** یعنی اللہ تعالیٰ عرش کے مالک ہیں۔ ☆ فاختہ کہتی ہے **یٰلَیْتَ الْخَلْقَ لَمْ یُخْلَقْ** یعنی اے کاش مخلوق پیدا ہی نہ جاتی۔ ☆ مور کہتا ہے کہ **کَمَا تَدِیْنُ تُدَانُ** جیسا کرو گے ویسا بھرو گے۔ ☆ گدھ کہتا ہے **یَا ابْنَ آدَمَ عِشْ مَا عِشْتَ فَاِنَّ آخِرَکَ الْمَوْتُ** ۔ یعنی اے آدم کے بیٹے جتنا جینا ہے جی لے آخر مرنا ہے۔ ☆ باز کہتا ہے **فِی الْبُعْدِ مِنَ النَّاسِ اُنْسٌ** ۔ لوگوں سے دور رہنے میں راحت ہے۔ ☆ سنگ خورہ کہتا ہے **مَنْ سَکَتَ سَلِمَ** یعنی جو خاموش رہا اس نے نجات پائی۔ ☆ مینڈک کہتا ہے **سُبْحَانَ رَبِّیَ الْقُدُّوْسُ** یعنی پاک ہے میرے پروردگار کی ذات ☆ طوطا کہتا ہے **وَیْلٌ لِّمَنِ الدُّنْیَا هَمُّهٗ**، یعنی جس نے دنیا کا ارادہ کیا وہ ہلاک ہوا۔

(محمد اکمل فاروق ریحان۔ سرگودھا)

تنگی اور افلاس سے نجات

زکوٰۃ پوری کر چکنے کے بعد 630 مرتبہ روزانہ اسی اسم کو بلاناغہ پڑھا کرے۔ انشاء اللہ اسم مکرم کے موکل حاضر ہوں گے

(واصل منظور۔ حیدرآباد)

تین دفعہ درود شریف پڑھے: **اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی آلِ سَیِّدِ نَا مُحَمَّدٍ وَّبَارِکْ وَسَلِّمْ۔** پھر سورہ یٰسین شروع کرے۔ جب پہلے ''مبین'' کے لفظ پر پہنچے۔ تو پھر سورۃ کو شروع سے پڑھنا شروع کرے اور جب دوسرے ''مبین'' پر پہنچے تو پھر سورۃ کو شروع سے تلاوت کرے۔ اب جب تیسرے ''مبین'' پر پہنچے تو پھر شروع سے پڑھے۔ علیٰ ہذا القیاس جب ساتویں ''مبین'' پر پہنچے۔ تو پھر ابتداء سے تلاوت کرے اور مکمل سورۃ ختم کرے۔ بعدازاں پھر تین مرتبہ درود شریف متذکرہ بالا پڑھے۔ اسی طرح گیارہ روز تک کرے۔ وقت کی تخصیص لازم ہے۔ جگہ کی تخصیص ضروری نہیں۔ انشاء اللہ گیارہ دن کے عرصے کے اندر اندر اثر ملاحظہ کریگا۔ اگر عامل اسی طرح روزانہ ورد رکھے گا تو کل مخلوقات انسان و حیوان اور جن و پری مطیع و مسخر ہونگے اور عامل کے زیر فرمان رہیں گے اور حسب مرضی کام دیں گے۔

ادائے زکوٰۃ کی نیت سے خاص مکان میں، خلوت میں، خاص وقت مقرر کر کے، خاص رواجی لباس میں چار لاکھ اسی ہزار مرتبہ ترک حیوانات جلالی و جمالی کے ساتھ پڑھے۔ جتنے دنوں میں تعداد پوری ہو سکے کرے مگر جس مقدار میں پہلے دن پڑھا گیا ہو اس سے کم ہرگز نہ پڑھے۔ اسی طرح دوران چلہ میں پہلے دن کی مقدار سے کم ہرگز نہ پڑھے۔ زیادہ کی حد نہیں۔ زکوٰۃ پوری کر چکنے کے بعد 630 مرتبہ روزانہ بلاناغہ پڑھا کرے۔ انشاء اللہ اسم مکرم کے موکل حاضر ہوں گے اور تابع داری کریں گے لیکن یاد رکھنا چاہیے کہ تسخیر کے کل اعمال و وظائف میں موکلات سے ناجائز یا ناروا کام کی کوئی سفارش نہ کی جائے ورنہ نقصان ہو گا۔ بلکہ ہلاکت کا اندیشہ اور جہنم کا داخلہ یقین ہے۔ عمل یہ ہے:

''اَللّٰهُ الصَّمَدُ اَجِبْ یَارَبِّ اِسْرَافِیْلَ یَارَبِّ دَرْدَائِیْلَ''

اس عمل کی برکت اس عمل کی زکوٰۃ ادا کرنے کے بعد ادا ہوگی۔ زکوٰۃ ادا کرنے کے بعد اگر اسم **''اَللّٰهُ الصَّمَدُ''** ستر مرتبہ کسی مٹی کے خشک ڈھیلے پر پڑھ کر دریا میں (بقیہ صفحہ نمبر 12)

قرآنی آیات سے کینسر کا علاج ممکن ہے۔

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے۔ آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں۔ یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاءاللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

(محمد اقبال بٹ۔لندن)

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍطِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَآئِھَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِیَآئِھَا وَ صِحَّةِ الْاَبْدَانِ وَشِفَائِھَا.

ترجمہ: اے اللہ رحمت نازل فرما ہمارے سردار محمد ﷺ کے اوپر وہ جو دلوں کے لئے حاکم اور علاج اور آنکھوں کیلئے نور اور روشنی کے برابر ہیں اور جسم کیلئے تندرستی اور شفاء کل ہیں۔

فائدہ: جو شخص صبح یا شام کو یہ درود شریف پڑھے گا تو اللہ تعالیٰ اس کی ہر تکلیف کو دور کرے گا اور ہر حاجت پوری ہوگی، قرضہ ادا ہوگا روزی میں برکت ہوگی اور حضور ﷺ کی زیارت نصیب ہوگی۔

قرآن پاک خداوند کریم کی جانب سے بھیجا گیا ایک نسخہ کیمیا ہے جس میں ہر مرض کا علاج موجود ہے اور قرآنی آیات کی تلاوت کی جائے تو کوئی وجہ نہیں کہ مریض صحت یاب نہ ہو۔ ایک مریض جو چند سال قبل کینسر کے مرض میں مبتلا تھا اور ڈاکٹروں نے اسے لاعلاج قرار دے دیا تھا۔ ایسے میں ایک خداترس خاتون نے قرآن پاک کی چند چھوٹی چھوٹی آیتیں لکھ کر مریض کو دیں۔ ان آیات کی روزانہ تلاوت کرنے سے چند سالوں میں اس شخص کا مرض جڑ سے چلا گیا۔ اس مرض سے صحت یاب ہونے کے بعد اس شخص نے ان آیات مبارک کی فوٹو کاپیاں کروا کر ابوظہبی میں تقسیم کیں تاکہ جو بھی مسلمان اس موذی مرض میں مبتلا ہو خدا کے پاک کلام سے فیض یاب ہو سکے۔ قرآنی آیت جن سے کینسر کا علاج ممکن ہے درج ذیل ہیں۔ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ؀

(1) وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِیْنَ ؀ (سورہ بنی اسرائیل آیت نمبر 82) (2) وَاِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ یَشْفِیْنِ ؀ (سورۃ الشعرا آیت نمبر 80) (3) وَقُلْ رَّبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَاَنْتَ خَیْرُ الرّٰحِمِیْنَ ؀ (سورہ المومنون آیت نمبر 118)

(4) اَمَّنْ یُّجِیْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَیَكْشِفُ السُّوْٓءَ (سورۃ النمل آیت نمبر 62) (5) قُلْنَا یٰنَارُ كُوْنِیْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰٓی اِبْرٰهِیْمَ (سورۃ الانبیاء آیت نمبر 69) (6) وَاَیُّوْبَ اِذْ نَادٰی رَبَّهٗٓ اَنِّیْ مَسَّنِیَ الضُّرُّ وَاَنْتَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ (سورۃ الانبیاء آیت نمبر 83) (7) رَبِّ اَنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ ؀ (سورۃ القمر آیت نمبر 10) (8) لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَكَ اِنِّیْ كُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ ؀ (9) فَاسْتَجَبْنَا لَهٗ وَ نَجَّیْنٰهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذٰلِكَ نُنْجِی الْمُؤْمِنِیْنَ (سورۃ الانبیاء آیت نمبر 88,87) (10) اِنَّ رَبِّیْ عَلٰی كُلِّ شَیْءٍ حَفِیْظٌ ؀ (سورۃ ہود آیت نمبر 57) (11) حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِیْلُ ؀ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 173) (12) نِعْمَ الْمَوْلٰی وَنِعْمَ النَّصِیْرُ ؀ (سورۃ الانفال، آیت نمبر 40) (13) وَتَوَكَّلْ عَلَی اللّٰهِ ؕ وَكَفٰی بِاللّٰهِ وَكِیْلًا ؀ (سورۃ احزاب، آیت نمبر 3) (14) اَلَیْسَ اللّٰهُ بِكَافٍ عَبْدَهٗ ؀ (سورۃ الزمر، آیت نمبر 36) (15) هُوَ مَوْلٰىكُمْ ۚ فَنِعْمَ الْمَوْلٰی وَنِعْمَ النَّصِیْرُ ؀ (سورۃ الحج، آیت نمبر 78) (16) اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ ؀ (سورۃ فاتحہ، آیت نمبر 1) (17) فَتَبٰرَكَ اللّٰهُ اَحْسَنُ الْخٰلِقِیْنَ ؀ (سورۃ المومنون، آیت نمبر 14) (18) لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ ؀

لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِیْنُ
مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰهِ صَادِقُ الْوَعْدِ الْاَمِیْنُ

نوٹ: اول آخر درود شفاء 7 بار اور ہر آیت پر 7 بار ہر نماز کے بعد بارش، زم زم یا عام پانی پر دم کر کے خود پئیں یا مریض کو پلائیں۔ ان شاء اللہ شفا ہر مرض سے شفا نصیب ہوگی۔

آنکھوں کے ورم کیلئے: آنکھوں کا ورم دور کرنے کیلئے آلو کے چھلے ہوئے ٹکڑے آنکھوں پر رکھنے سے بہت سکون ملتا ہے۔

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام ؐ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 21

(ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

اصحاب سیر نے لکھا ہے کہ جب آپ ﷺ مکہ میں فاتحانہ طور پر داخل ہوئے تو آپ ﷺ کو اپنی ہجرت کا وہ نازک وقت یاد آیا۔ جب دشمنوں نے رات بھر آپ ﷺ کے مکان کا محاصرہ کر رکھا تھا اور اب اسی شہر میں اللہ تعالیٰ نے آپ ﷺ کو حاکمانہ اقتدار بخشا تھا لیکن آپ ﷺ نے اقتدار کے نشہ میں بھی کسی متنفس پر زیادتی نہیں کی۔ آپ ﷺ نے مکہ پر قبضہ کرنے کے بعد سب سے پہلا کام یہ کیا کہ ایک بے گناہ شخص جنید بن اکوع جو مسلمانوں کے ہاتھوں غلطی سے مارا گیا تھا، اس کی دیت سو اونٹ اس کے وارثوں کو ادا کیے۔ اس کے بعد آپ ﷺ نے عام معافی کا اعلان فرمایا۔ صرف چند افراد ایسے تھے کہ ان کے جرائم کی نوعیت نہایت سنگین تھی، ان کیلئے یہ فیصلہ ہوا کہ موت کے گھاٹ اتار دیئے جائیں چنانچہ آپ ﷺ نے ان کے بارے میں اعلان فرمایا کہ ان میں سے جو شخص جہاں بھی ملے اس کو قتل کر دیا جائے خواہ وہ خانہ کعبہ کے غلاف ہی کو پکڑ کر کیوں نہ کھڑا ہو۔ پھر ان سولہ میں سے تیرہ کی جان بخشی کر دی گئی۔ صرف تین آدمی مارے گئے۔ ان تین آدمیوں میں سے دو آدمی ایسے تھے جنہوں نے مدینہ طیبہ میں سرکار دو عالم ﷺ کے پاس پناہ لی تھی اور پھر لوگوں کو قتل کر کے مکہ بھاگ آئے تھے۔ تیسرے آدمی حارث بن نفیذ نے بھی سرکار دو عالم ﷺ کے ساتھیوں کو سخت اذیتیں دی تھیں۔ اتنے بڑے شہر میں جہاں قدم قدم پر وہ لوگ موجود تھے جنہوں نے نہ صرف مکی زندگی میں آپ ﷺ کو اور آپ ﷺ کے ساتھیوں کا جینا دوبھر کیا ہوا تھا اور ہر قسم کی اذیتیں آپ کو دے چکے تھے بلکہ مختلف جنگوں میں بھی اور آپ ﷺ کی مدنی زندگی میں بھی آپ ﷺ کیلئے عرصہ حیات تنگ کیا ہوا تھا اور آپ ﷺ کے قتل کے درپے تھے۔ صرف تین آدمی مجرم قرار پائے اور باقی سب معاف کر دیئے گئے۔ ان معافی پانے والوں میں ابوجہل کا بیٹا عکرمہ، سیدنا حمزہ ؓ کا قاتل وحشی وغیرہ شامل تھے۔ ابولہب جو آپ ﷺ کا حقیقی چچا تھا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

آپ کا خواب اور تعبیر

روحانی اور دینی پستی

خواب: میں نے دیکھا کہ جمعۃ المبارک کا وقت ہے اور میں نماز باجماعت ادا کر رہا ہوں۔ جب سورۂ فاتحہ پڑھنے لگتا ہوں تو درمیان سے بھول جاتا ہوں۔ دوبارہ شروع کرتا ہوں تو پھر بھول جاتا ہوں۔ یہی عمل دو تین بار دہراتا ہوں لیکن سورۂ فاتحہ یاد نہیں آتی جس کی وجہ سے بہت کشمکش میں مبتلا ہوں کہ اچانک میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (اسد محمود سانده۔ لاہور)

تعبیر: آپ روحانی اور دینی اعتبار سے بہت پستی کی طرف جا رہے ہیں۔ یہاں تک حقیقت کے ساتھ ساتھ ظاہر داری بھی آپ کی غالباً ختم ہوتی جا رہی ہے جو بڑی سنگین حالت ہے آپ کو تخت فکر کی ضرورت ہے ورنہ نتائج سنگین ہو سکتے ہیں۔ اللہ آپ کو نیک بنائے اور دین کی فکر نصیب ہو۔ اس کیلئے آپ حضرت شیخ الحدیثؒ کی کتاب فضائل اعمال کا مطالعہ کریں اور اللہ والوں کے ساتھ تعلق پیدا کریں۔ اللہ آپ پر فتوحات کے دروازہ کھول دے گا نیز آپ کے خواب میں یہ بھی اشارہ ہے کہ باجماعت نماز ادا کرتے ہوئے سورۂ فاتحہ صرف امام نے پڑھنی ہوتی ہے۔ مقتدی کو نہیں اسی لیے آپ پڑھنے سے اٹک رہے ہیں۔ واللہ اعلم۔

تنگدستی سے کشادگی

خواب: میں نے خواب دیکھا کہ میں اور میری چھوٹی بھابھی حج کرنے جا رہے ہیں۔ میں بہت خوش ہوں۔ یہ معلوم نہیں کہ حج پر جانے کیلئے کس نے ہمارے لیے پیسے جمع کروائے ہیں۔ جب ایئرپورٹ پہنچتی ہوں تو وہیں پر زمین پر سونے کا لاکٹ، زنجیر اور سونے کی انگوٹھی پڑی ہے۔ جو میں اٹھا لیتی ہوں۔ اتنے میں منظر بدل جاتا ہے دیکھتی ہوں کہ ہماری پڑوسن (جو کہ شادی شدہ ہے) کی شادی ہو رہی ہے، مہندی اور نکاح کے دن وہ بہت خوبصورت لگ رہی ہیں میں بھی انہیں دیکھ کر خوش ہوتی ہوں۔ (فریدہ بلوچ۔ بلوچستان)

تعبیر: آپ ہرگز پریشان نہ ہوں۔ اللہ آپ کا حامی و ناصر ہے! آپ کی تنگدستی انشاء اللہ کشادگی سے بدل جائے گی اور آپ کو بہترین ازدواجی زندگی عطا ہوگی۔ جس سے آپ کو مالی آسودگی ملے گی بشرطیکہ اس طرح آپ اللہ کے حضور گڑگڑاتی رہیں جیسی کہ توفیق ہو رہی ہے۔ اگر ہو سکے مغرب کے بعد سورۂ واقعہ کی تلاوت کا اہتمام کریں۔ لفظ واللہ اعلم۔

فکر وغم کی بھٹی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اور میری وہ کزن جس سے میں محبت کرتا ہوں ایک دوراہے پر جا رہے ہیں۔ اس دوراہے کے بیچ میں ایک سبز پتلا سا میدان ہے اور اس میدان کے ایک راستے پر وہ جا رہی ہے اور دوسرے راستے میں پر میں جا رہا ہوں۔ ہم دونوں بہت خوش ہیں اور ایک دوسرے کے ساتھ باتیں کرتے ہوئے جا رہے ہیں۔ پھر وہ دوراہا ختم ہو جاتا ہے اور جب ہم باتیں کرتے ہوئے ایک دوسرے کے قریب پہنچ جاتے ہیں تو میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (محمد حنیف خان۔ کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کی یہ کزن آپ کی امانت نہیں بلکہ کسی دوسرے کا مقدر ہے۔ اس لیے اس کا خیال دل سے نکال دیں اور اس کے غم کا ہرگز شکار نہ ہوں۔ خواہ مخواہ اپنے آپ کو فکر وغم کی بھٹی میں جلانے سے کیا حاصل؟ بہرکیف آپ دونوں کی زندگی کی راہیں جدا ہیں اور سمتیں مختلف نیز خواہ مخواہ کی توقعات رکھنا حماقت ہے۔

چاند در چاند

خواب: رات کا وقت ہے آسمان پر چودھویں کا چاند روشن ہے اور حیران کن بات یہ ہے کہ اس چاند کے اندر درمیان میں ایک اور چاند ہے جو 3 یا 4 دن کا ہے اور اس کا ایک کونہ ذرا سا ٹوٹا ہوا ہے۔ ہم اپنے صحن میں کھڑے اسے دیکھ کر حیران ہو رہے ہیں اور مجھے بہت خوف محسوس ہو رہا ہے۔ اچانک کوئی کہتا ہے کہ گھر میں دو مہمان آئے ہیں اور میں بہت خوفزدہ ہوتی ہوں کہ پتا نہیں یہ کون ہیں اور کیوں آئے ہیں۔ (شمائلہ خان۔ کوئٹہ)

تعبیر: اگر آپ شادی شدہ ہیں تو آپ کو ایسا فرزند عطا کیا جائے گا جو نیک نام ہوگا اور اس سے خوب نسل چلے گی لیکن اگر آپ غیر شادی ہیں تو آپ کا شوہر نیک نام ہوگا اور اس سے آپ کی اولاد میں پہلا بیٹا پیدا ہوگا جو جسمانی ساخت میں ممکن ہے کچھ کمزور ہوگا۔ اگرچہ وقت کے ساتھ ساتھ نارمل ہو جائے گا۔ اس سلسلے میں آپ کو خوف و پریشانی پیش آئے گی بہرکیف حسب توفیق صدقہ دیدیں۔

گناہوں سے توبہ

خواب: میں نے دیکھا کہ میں ایک بڑے سے ہال کمرے میں ہوں بہت سے لوگوں کے علاوہ میرا ایک دوست بھی ہے۔ اتنے میں ایک شیر آنکلا ہے۔ سب لوگ بھاگ کھڑے ہوتے ہیں لیکن میں اور میرا دوست وہیں کھڑے رہتے ہیں شیر میرے قریب آ کر میرا ہاتھ سونگھتا ہے اور چلا جاتا ہے اسی اثناء میں میرا دوست بے ہوش ہو جاتا ہے اور میں وہاں سے باہر آ کر سکوٹر پر بیٹھ کر کسی ویران سمت کی طرف جا نکلتا ہوں کسی شخص سے پوچھتا ہوں کہ یہ راستہ کلفٹن کو جاتا ہے وہ کہتا ہے کہ تم غلط سمت نکل آئے ہو پھر میں گھومتا ہوا اپنے گھر کے قریب پہنچ جاتا ہوں اور مجھے اپنا گھر نظر آ جاتا ہے (محمود احمد۔ کراچی)

تعبیر: آپ کے حق میں یہ خواب اچھا نہیں ہے اگرچہ شیر سے حفاظت بہت اچھی علامت ہے مگر آپ کے کوائف کے پیش نظر شیر کا آپ کے ہاتھ کو سونگھ کر چلا جانا اس حیوان کی طرف سے نہایت نفرت و حقارت کا اظہار ہے۔ آپ کو چاہیے کہ آپ تمام گناہوں سے توبہ کر کے اللہ کی رسی کو مضبوطی سے تھام لیں۔ ان شاء اللہ نفس و شیطان کے طوفان بھی آپ کو متزلزل نہیں کر پائیں گے لیکن اگر آپ نے غفلت برتی تو دنیا میں کرب و بے چینی کی آگ اور آخرت میں جہنم کی ہولناک آگ تیار ہے۔

چور خود چوری کی چیز واپس کر دے

محترم جناب حکیم محمد طارق محمود صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض کہ بندہ ایک سرکاری عربی ٹیچر ہے اور ایم اسلامیات اور ایم اے عربی ہوں۔ ماہنامہ عبقری کا مستقل قاری ہوں۔ میرا یہ پسندیدہ ماہنامہ ہے۔ اس لیے اپنا ایک آزمودہ عمل عبقری کے قارئین کے لیے پیش کرتا ہوں جس کو میں نے خود آزمایا اور دوسروں کو بتایا اور رزلٹ سو فی صد ملے۔ میرے ایک شاگرد کا سائیکل گم ہو گیا تو میں نے اسے ایک عمل بتایا۔ الحمدللہ ہفتہ عشرہ نہیں گزرا کہ اس کا سائیکل واپس مل گیا۔ عمل یہ ہے کہ سورۂ لقمان پارہ نمبر 21 کی آیت نمبر 16 سے لے کر "یٰبُنَیَّ اِنَّهَآ اِنْ تَکُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ فَتَکُنْ فِیْ صَخْرَةٍ اَوْ فِی السَّمٰوٰتِ اَوْ فِی الْاَرْضِ یَاْتِ بِهَا اللّٰهُ" تک 119 دفعہ پڑھیں۔ (118 نہ ہو اور نہ 120 ہو) عشاء کی نماز کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود ابراہیمی پڑھ کر یہ عمل شروع کریں۔ انشاء اللہ چور خود چوری کی چیز واپس کر دے گا۔

(یسٰین حقانی۔ مظفر گڑھ)

قضائے حاجت: کٓهٰیٰعٓصٓ، حٰمٓ عٓسٓقٓ (2050) مرتبہ روز 40 دن پڑھیں اور اکتالیسویں دن سے 141 بار ورد رکھیں۔

حضرت خضر علیہ السلام کا تحفہ

م،ع، چوہدری

جب حضرت ابراہیم تیمیؒ نے اس وظیفہ کی مداوت کی تو خواب میں دیکھا کہ بہشت میں داخل ہوئے اور وہاں کے پھل کھائے اور پینے کی چیزیں اور دیکھا آنحضرت ﷺ اور ملائکہ نے اس عمل کے ثواب کو بیان کیا اور بہت تعریف کی۔

''گنجینہ عملیاتِ قادری'' میں پیر عبدالقادر صاحب لکھتے ہیں زیارت رسول ﷺ کے لئے درود شریف:

اَلصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلَیْکَ اَیُّھَاالنَّبِیُّ

گیارہ سو مرتبہ ہر روز پڑھے۔ اول اس درود پاک کی زکوۃ نکالے اور وہ اس طرح کہ اکتالیس روز تک گیارہ ہزار مرتبہ ہر روز پڑھتا رہے۔ بعد ازاں گیارہ سو بار روزانہ پڑھے انشاءاللہ زیارت سے مشرف ہوگا۔ (مجموعہ مجرب عملیات)

☆ ''رویائے صالحہ'' میں محمد عبدالمجید صدیقی لکھتے ہیں کہ حضرت ابراہیم تیمیؒ کو حضرت خضر علیہ السلام نے متصل مکہ معظمہ کے مسبعات عشر تعلیم فرمائے ہیں۔ وہ فرماتے ہیں کہ متصل کعبہ شریف میں بیٹھا تھا کہ ایک شخص خوش وضع کہ اس کے بدن سے بہت اچھی خوشبو آتی تھی، میری داہنی طرف آ بیٹھا میں نے پوچھا کہ تم کون ہو؟ اُس نے کہا میں خضر ہوں۔ میرے پاس ایک تحفہ ہے جو تمہیں دینا چاہتا ہوں میں نے پوچھا کیا ہے؟ کہا قبل طلوع آفتاب اور قبل غروب پڑھا کرو۔ سورۃ فاتحہ 7 بار، معوذتین سات سات بار، سورۃ اخلاص سات بار، سورۃ الکافرون سات بار، آیۃ الکرسی سات بار، **سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ** سات بار، درود شریف **اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَ رَسُوْلِکَ الْاُمِّیِّ وَ آلِہٖ وَ بَارِکْ وَسَلِّمْ** اور احیاء العلوم سے یہ دعا یاد پڑتی ہے۔ **اَللّٰھُمَّ اغْفِرْ لِیْ وَلِوَالِدَیَّ وَ لِلْمُؤْمِنِیْنَ وَالْمُؤْمِنٰتِ وَالْمُسْلِمِیْنَ وَ الْمُسْلِمَاتِ اَلْاَحْیَاءِ مِنْھُمْ وَالْاَمْوَاتِ** سات بار اور **اَللّٰھُمَّ یَا رَبِّ افْعَلْ بِیْ وَ بِھِمْ عَاجِلًا وَآجِلًا فِی الدِّیْنِ وَالدُّنْیَا وَالْاٰخِرَۃِ مَا اَنْتَ لَہٗ اَھْلٌ وَلَا تَفْعَلْ بِنَا یَامَوْلَانَا مَا نَحْنُ لَہٗ اَھْلٌ فَاِنَّکَ غَفُوْرٌ رَحِیْمٌ جَوَادٌ کَرِیْمٌ رَءُوْفٌ رَّحِیْمٌ.**

اور تاکید کی کہ اسے ہمیشہ صبح و شام پڑھا کرو ہمیشہ اور ترک نہ کرنا اور اس کے بہت بڑے ثواب اور فائدے دنیا اور آخرت کے بیان کئے۔ یہ روایت شیخ ابوطالب مکیؒ نے ''قورت القلوب'' میں لکھی ہے اور یہ بھی لکھا ہے کہ جب حضرت ابراہیم تیمیؒ نے اس وظیفہ کی مداومت کی تو خواب میں دیکھا کہ بہشت میں داخل ہوئے اور وہاں کے پھل کھائے اور پینے کی چیزیں استعمال کیں اور جناب رسول اللہ ﷺ اور فرشتوں کو دیکھا اور آنحضرت ﷺ اور ملائکہ نے اس عمل کے ثواب کو بیان کیا اور بہت تعریف کی۔ حضرت ابراہیم تیمیؒ نے اس خواب کو دیکھنے کے چار مہینے تک کچھ کھا یا پیا نہیں۔ میوہ ہائے بہشت کے کھانے سے ایسی قوت روحانی بڑھی کہ کھانے پینے کی حاجت نہ رہی۔ **سُبْحَانَ اللّٰہِ وَ بِحَمْدِہٖ.** (سیرۃ النبیؐ بعد از وصال النبیؐ)۔ (قوت القلوب) (مجموعہ مجرب عملیات) (مرقعہ شریف)

☆ ''مجربات شیخ سنوسی'' میں امام ابی عبداللہ محمد بن یوسف السنوسی الحسنی الحسینیؒ فرماتے ہیں کہ جس کی خواہش ہو کہ خواب میں اپنے پیارے محبوب ﷺ کی زیارت کرے اس کو چاہئے کہ رات کو باوضو سفید و پاک لباس پہن کر اہل خانہ سے جدا ایک مکان میں دو رکعت نماز نفل ادا کرے۔ پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۃ **الشَّمْس** پڑھے اور دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ **اَللَّیْل** سات بار پڑھے۔ سلام کے بعد بقدر ہمت درود شریف کا جو صیغہ یاد اور سہل ہو کثرت سے پڑھے۔ ان شاء اللہ تعالیٰ زیارت رسول ﷺ سے مستفید ہوگا۔

(کتاب التعویذات از نواب سید محمد صدیق الحسن خانؒ)

حقیقی صبر مصیبت کو اولاً ہی برداشت کر لینا ہے اور مسلمان کے اسلام کی خوبیوں میں سے بڑی خوبی لایعنی باتوں کو ترک کرنا ہے

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

امید ہے کہ آپ خیریت سے ہونگے۔ پیر کے دن میں، میرے خاوند، میری بیٹی، بیٹے اور دو بہوؤں۔ نے اپریل 08 کی روحانی محفل کا عمل '' **اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ** '' کیا تو میرے بیٹے کی پڑھنے کے دوران بہت طبیعت خراب ہوئی۔ پڑھتے پڑھتے اسے ایسا لگا کہ جیسے اس کے سامنے ایک مرد اور ایک عورت دائیں بائیں کھڑے ہیں۔ ان کے چہرے نظر آئے پھر اسے ایک دم گھبراہٹ ہوکر الٹی آئی جس میں اسے کئی چیزیں نکلتی ہوئی محسوس ہوئیں یعنی شیطانی چیزیں نکل رہی تھیں پھر وہ وضو کر کے دوبارہ پڑھنے بیٹھ گیا اور سکون سے پڑھتا رہا آخر میں اسے لگا کہ کوئی اسکے اوپر چڑھ گیا ہے اور اس کی سانس پھولنے لگی اور ختم کے بعد بے حد کمزوری ہوگئی۔ ایسی ہی اس کی کیفیت ''**یَا حَلِیْمُ ، یَا عَلِیْمُ ، یَا عَلِیُّ ، یَاعَظِیْمُ** '' پڑھنے کے دوران ہوئی تھی اور ایک دن جاب کے لیے انٹرویو دیتے وقت بھی ایسی ہی حالت ہوگئی تھی۔ ہمارا پورا گھرانہ اور بیٹا خود بھی بہت باقاعدگی سے نفل میں آیت کریمہ اور اللہ کے نام پڑھ رہا ہے۔ امید ہے کہ جلد غور کر کے جواب عنایت کرینگے۔ (مسز ارشد حسین)

جواب: الحمدللہ یہ تمام کیفیات شیطانی چیزیں ٹوٹنے اور جادو ٹوٹنے کی واضح علامات ہیں۔ عمل جاری رکھیں بہت نفع ہوگا۔

بچھو کے کاٹے کا علاج

ایک نسخہ رسالہ کے لیے پیش خدمت ہے اگر بچھو کاٹ لے تو وہاں مولی کا پانی لگا دیں۔ فوراً آرام آجائیگا۔ اگر پانی نہ ملے تو مولی کے ٹکڑے اس مقام پر آہستہ آہستہ رگڑیں۔ بہتر ہوگا کہ مولی کے موسم میں پانی نکال کر اس میں Preservator کی تھوڑی سی مقدار ڈالیں اور پورے سال کے لیے بچھو کے کاٹے کا نسخہ تیار ہے۔ اگر ایک زندہ بچھو کے چاروں طرف مولی کے ٹکڑے رکھ دیں تو بچھو کو وہیں موت آجائے گی اور وہ آگے نہ نکل سکے گا۔ (پرنسپل غلام قادر ہراج۔ جھنگ)

نوٹ: ماہ جولائی 2008 میں صفحہ نمبر 7 پر غلام قادر ہراج صاحب کی تحریر ''ماں کے پیٹ میں بچہ ہے یا بچی'' میں غلطی سے لفظ ناک کی جگہ پر ناف لکھا گیا ہے۔ اس کو ناک ہی پڑھا جائے۔ ہم اس غلطی پر قارئین سے معذرت خواہ ہیں۔ (ادارہ)

بڑھاپے میں پایئے، جوانی جیسی تازگی

ایوا نے بتایا کہ کھانا کھاتے، باتیں کرتے اور چہرے پر مختلف تاثرات پیدا کرتے وقت ہمارے چہرے کے عضلات کام کرتے کرتے ڈھیلے پڑ جاتے ہیں۔ ان عضلات کو ورزش کے ذریعے مضبوط کیا جا سکتا ہے۔

(ثمین اختر۔شو کی شریف)

ستر سال کی بوڑھی خاتون کے چہرے کا تصور کرکے آپ کے ذہن میں کیا آتا ہے؟ جھریوں بھرا چہرہ، لٹکی ہوئی کھال اور دانتوں سے مبرا پوپلا منہ لیکن ایک آسان طریقہ ایسا بھی ہے جس پر عمل کرکے آپ ستر سال کی عمر کو پہنچ کر بھی خوبصورت جاذب نظر اور جھریوں سے پاک شگفتہ جلد کی مالک بن سکتی ہیں۔

ایوا فریسر کے تروتازہ چہرے کو دیکھ کر اندازہ کیا جا سکتا ہے کہ اس کی عمر زیادہ سے زیادہ چالیس سال ہوگی لیکن حیرت انگیز بات یہ ہے کہ ایوا 1928ء میں پیدا ہوئی تھی اور آج اس کی عمر 70 سال سے بھی تجاوز کر چکی ہے۔ اب بھی لندن کلینک میں آنے والی خواتین کو یہ معلوم ہوتا ہے کہ ایوا کی عمر 70 سال سے تجاوز کر چکی ہے تو پہلے وہ اس بات پر یقین کرنے کو تیار نہیں ہوتیں اور جب یقین کرتی ہیں تو انہیں یہ بھی یقین ہوتا ہے کہ یہ پلاسٹک سرجری کا معجزہ ہے۔ پھر یہ خواتین اس بات پر بضد ہوتی ہیں کہ ایوا کے کانوں کے پیچھے کا حصہ دکھایا جائے جہاں پلاسٹک سرجری کے نشانات موجود ہوتے ہیں لیکن وہاں پلاسٹک سرجری کے نشانات نہ پا کر وہ حیران رہ جاتی ہیں۔ ایوا فریسر نے ایک انگریزی جریدے کو انٹرویو دیتے ہوئے بتایا کہ سدا جوان رہنے کا نسخہ اس کے ہاتھ محض اتفاق سے لگا تھا۔ اس نے بتایا کہ جب اس کی عمر 50 سال تھی تو اس کی عمر ایک بیلے ڈانسر سے ہوئی تھی جو اس وقت ایوا سے دو ایک سال بڑی نظر آرہی تھی۔ ایوا یہ سن کر حیران رہ گئی اور اس نے بیلے ڈانسر کی بات پر یقین نہیں کیا۔ ایوا کے علم میں یہ بات تو تھی کہ بیلے ڈانسروں کا جسم اس مخصوص ڈانس کی وجہ سے سدا جوان رہتا ہے اور ان کی نشست و برخاست سے اندازہ نہیں ہوتا کہ ان کی عمر زیادہ ہوگی لیکن ان کے چہرے ان کی عمر کی چغلی کھاتے دکھائی دیتے ہیں۔ خوب صورت اور سڈول جسم کے باوجود ان کے چہروں پر جھریوں اور لٹکتا ہوا گوشت ان کی عمروں کا غماز ہوتا ہے۔ لیکن جرمنی کی اس بیلے ڈانسر کے جسم اور چہرے سے اندازہ نہیں لگایا جا سکتا تھا کہ ایوا کی مخاطب کی عمر 76 سال ہوگی۔ جرمنی کی بیلے ڈانسر نے بتایا کہ بیلے کی ورزش کی طرح اس نے اپنے ایک دوست ڈاکٹر کی مدد سے چہرے کے عضلات کی ورزش کا ہنر بھی سیکھ لیا تھا اور اسی ورزش کی وجہ سے اس کا چہرہ 76 سال کی عمر ہونے کے باوجود نہ صرف جھریوں سے پاک ہے بلکہ جوان چہروں کی طرح تروتازہ اور تنا ہوا ہے۔ اس کے چہرے کے کسی بھی حصے کا گوشت نہ تو ڈھلکا تھا اور نہ ہی لٹکا تھا۔ ایوا کی درخواست پر اس بیلے ڈانسر نے چہرے کی مخصوص ورزش ایوا کو بھی سکھا دی جس کے کرنے سے ایوا نے اپنے چہرے پر بڑھاپے کے نشانات کو ظاہر نہیں ہونے دیا۔ ایوا نے بتایا کہ کھانا کھاتے، باتیں کرتے اور چہرے پر مختلف تاثرات پیدا کرتے وقت ہمارے چہرے کے عضلات ڈھیلے پڑ جاتے ہیں۔ ان عضلات کو ورزش کے ذریعے مضبوط کیا جا سکتا ہے۔ اس کے علاوہ چہرے میں ایسے عضلات بھی ہوتے ہیں جو عموماً استعمال نہیں ہوتے۔ ایوا کے مطابق اگر ان عضلات کو متحرک کیا جائے تو چہرے کا ڈھیلا پن اور کسی حد تک جھریوں پر بھی قابو پایا جا سکتا ہے۔ ایوا نے بتایا کہ چہرے کے عضلات کی ورزش حیرت انگیز طور پر چہرے سے عمر کے نشانات مٹاتی چلی جاتی ہے۔ اس نے بتایا کہ اگر یہ مشق جاری رکھی جائے تو پلاسٹک سرجری کی طرح کے حیرت انگیز نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ لندن کے سینٹ جان انسٹیٹیوٹ آف ڈرماٹالوجی کے ڈاکٹر ڈیوڈ فیس نے کہا کہ "میں ایوا سے ملا ہوں اور اس کے چہرے کا بغور مطالعہ کیا ہے۔ میں ایوا کے چہرے کی ورزش کو بھی قابل عمل سمجھتا ہوں اور خواتین کو مشورہ دوں گا کہ وہ ایوا کی تقلید کریں اور اس کی ورزش سے فائدہ اٹھائیں" قارئین کی دلچسپی کیلئے ایوا کی بتائی ہوئی چہرے کی ورزش کی ترکیب کی تفصیل شائع کی جارہی ہے۔

(1) آئینے کے سامنے بیٹھ جایئے اور اپنے دونوں ہاتھوں سے سر کو پکڑ لیں اور انگشت شہادت (انگوٹھے کے برابر والی انگلی) کو اپنے ابرو پر رکھ کر اوپر کی طرف دباؤ ڈالیں اور آہستہ آہستہ ان انگلیوں کی مدد سے ابروؤں کو ماتھے کی جانب تان لیں۔ ابرو تن جائیں تو آہستہ آہستہ اپنی آنکھیں بند کریں، چھ تک گنیں اور آہستہ آہستہ کھول دیں۔ اس عمل کو پانچ منٹ تک نہایت آہستگی سے دہراتی رہیں۔

(2) اپنے چہرے کو اوپر کی جانب اٹھا کر اپنی ٹھوڑی کے نیچے ہاتھ کی بند مٹھی سے سہارا دیں اب اوپر ہونٹ کو نیچے کے ہونٹ سے دبا لیں اور ٹھوڑی پر جمے ہوئے ہاتھ کی مٹھی سے ٹھوڑی اور ہونٹ کے درمیان تناؤ پیدا ہو جائے۔ اب اپنے ہونٹوں سے بند منہ کو بند رکھتے ہوئے اپنی زبان کو نیچے کے دانتوں پر دبائیں۔ اس طرح آپ کے چہرے کے تمام عضلات متحرک ہو جائیں گے۔ اس عمل کو آہستگی سے پانچ منٹ تک دہراتے رہیں۔

(3) ہاتھوں کی درمیانی انگلیوں سے اپنی ناک کے انتہائی اوپر والے حصے کو دبالیں، ہلکے دباؤ کے ساتھ انگلیوں کو بہت آہستہ آہستہ ناک کے درمیان تک لا کر آنکھوں کے نیچے تک لے جا کر دباؤ ختم کر دیں۔ اس عمل کو بھی دہراتے ہوئے پانچ منٹ تک جاری رکھیں۔ چہرے کی یہ ورزش اگر روزانہ دو تین مرتبہ کی جائے تو اس کے حیرت انگیز نتائج بہت جلد سامنے آنے لگیں گے۔ اس ورزش سے بھرپور فائدہ اٹھانے کیلئے متوازن غذا، مکمل اور پرسکون نیند، ہلکی ورزش، چربی (چکنائی) اور نشاستہ کے کم سے کم استعمال اور کھانے پینے، سونے جاگنے کے اوقات بھی مقرر کر لیے جائیں تو ورزش کے نتائج تیزی سے برآمد ہو سکتے ہیں۔

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

کے ورد کا اہتمام فرمایا۔ گھر میں کم وبیش سب نے اس کا اہتمام کرنا شروع کر دیا۔ میرے عزیز فرماتے ہیں کہ اب مجھے سمجھ نہیں آتی کہ پیسہ کہاں سے آتا ہے۔ میرا قرض بھی بہت حد تک اتر چکا ہے۔ گھر کے نظام میں بہت بہتری آچکی ہے۔ گو پہلے میاں بیوی میں ناچاقی رہتی تھی، اب ایسی کوئی قابل ذکر بات نہیں ہوتی۔ گھر میں ضرورت کی چیزیں تک نہیں تھیں۔ اب ایک ایک کر کے اللہ وہ بھی عطا کر تا جا رہا ہے۔ الحمد للہ پہلے نمازوں میں سستی رہتی تھی اب سارے گھر والے بہت حد تک نماز کے پابند ہیں۔ بچے بھی نماز میں باقاعدگی کی طرف بڑھتے چلے جا رہے ہیں۔

حادثات سے بچ گیا

جب سے ماہنامہ عبقری میں روحانی محفل کا سلسلہ شروع ہوا ہے۔ اس وقت سے اب تک ہمارے گھر میں اس کو اہتمام کے ساتھ پڑھا جاتا ہے۔ تمام گھر والوں نے مسنون دعاؤں کو زبانی یاد کرنا شروع کر دیا ہے اور اب گھر سے نکلتے ہوئے بسم اللہ توکلت علی اللہ دعا پڑھنے کا اہتمام رہتا ہے۔ ان گنت دفعہ ایسا ہوا ہے کہ کوئی حادثہ ہوتے ہوتے اللہ نے اس طرح صاف بچا لیا کہ خود سمجھ نہ آئی کہ کس طرح سے اس حادثے سے بچ گیا۔ (ابوحذیفہ، راولپنڈی)

قارئین کی خصوصی تحریریں

دادا ابو کی زندگی کے تجربات

(غلام مصطفیٰ۔ پیپل والا مظفر گڑھ)

جناب عالی! میرے دادا ابو جان اپنے علاقے کے مشہور حکیم تھے۔ ابھی میں پرائمری کلاس میں پڑھتا تھا کہ وہ اللہ پاک کو پیارے ہوگئے۔ دادا ابو کی حکمت کی کتابیں میرے خالو لے گئے، مانگنے پر بھی واپس نہیں کیں۔ دادا ابو کا ایک نسخہ مجھے یاد ہے جو عرض کررہا ہوں۔ جو ہر بیماری کے لیے خود بھی استعمال کرتے اور مجھے بھی استعمال کراتے تھے۔ آک کے پھول کے اندر پھلی سی ہوتی ہے اس پھلی کو توڑ کر چھاؤں میں خشک کر کے چینی ملا کر رگڑتے تھے اور رات کا کھانا کھانے کے بعد ایک چمچ بغیر پانی کے دیتے تھے۔

دانتوں کی ہر تکلیف کیلئے: دانتوں کی کوئی تکلیف ہو تو پھٹکری کا توے پر پھلا بنا کر اس پھلے کے مطابق ہریڑ بمعہ گٹھلی رگڑ دیں اور نمک ملا دیں۔ دوائی ایک وقت دانتوں پر ملیں۔ دانت مضبوط، درد ختم ہوگا ان شاء اللہ تعالیٰ۔ بیسیوں لوگ ٹھیک ہوچکے ہیں۔

ہاتھ، پاؤں اور جسم پر پھوڑوں کے لیے مجرب ٹوٹکے

(1) ہاتھ پاؤں پر پھوڑے وغیرہ کیلئے گھوڑے کے ناخن یعنی سونبھ کی راکھ بنا کر مکھن میں ملا کر لگائیں۔

(2) جسم پر پھوڑے وغیرہ کیلئے ٹھنڈے پانی سے نہائیں۔

کمر کے درد کا آسان نسخہ

کمر درد کے مریضوں کے لیے نہایت آسان نسخہ حاضر ہے۔ کیکر کے پتے جو نئے نکلتے ہیں ان کو توڑ کر چھاؤں میں خشک کرلیں پھر ان کو کوٹ پیس کر سفوف بنائیں۔ ایک چمچ پانی کے ساتھ کمر کے درد مریضوں کے لیے بہت ہی فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ اکثر گائے، بھینس، بھیڑ، بکریوں کو بواسیر کے مریضوں جیسا مسہ نکلتا ہے ان جانوروں کیلئے اس دوا کے دو چمچ دن میں ایک دفعہ دینا بہت مفید چیز ہے۔

ٹوٹکے ہی ٹوٹکے

نمبر 1: نیند کا نہ آنا پانی کی کمی ہے۔

نمبر 2: آجکل چھوٹے بچوں کو ایک تکلیف ہورہی ہے۔ میٹھا دودھ پینے کے بعد یا نمکین کھانے کے بعد میٹھا دودھ پینے سے مقعد پر کانٹے چبھتے ہیں لہٰذا نمکین کے بعد میٹھا کھلانا پلانا بند کریں۔ ان شاء اللہ کانٹے چبھنے سے نجات مل جائے گی۔

نمبر 3: جناب عالی ہمارے محلے دار کی ٹانگ میں درد ہوا تھا۔ بہت علاج کروایا۔ ڈاکٹروں نے ٹانگ کٹوانے کا مشورہ دیا۔ آخر کار اس آدمی نے ٹانگ کٹوا دی۔ کچھ عرصہ بعد دوسری ٹانگ میں ویسا ہی درد شروع ہوگیا۔ کسی نے بتایا کہ سونف منہ میں ڈال کر کھاتے رہو۔ اس آدمی نے کچھ عرصہ ایسا کیا اللہ پاک نے کرم کیا۔ اب اس آدمی کی ٹانگ ٹھیک ہے۔

نمبر 4: **دل کی دھڑکن تیز ہونا یا خوف پیدا ہونا:** اس کیلئے نہار منہ تین عدد لہسن کی پھلی لینی شروع کردیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

نمبر 5: **برص کا آسان علاج:** آک پر پھول ہوتے ہیں۔ پھول کے اندر لکڑی نما (پھول پھلڑی اور کچھ اسے لونگ کہتے ہیں) ایک تولہ چھاؤں میں خشک کر کے اس کا سفوف بنا کر کھائیں (پانی کے ساتھ) پھر سال بعد ایک تولہ پانی کے ساتھ پھر تیسرے سال 1 تولہ پانی کے ساتھ۔ یہ برص کا علاج ہے۔ انشاء اللہ شفا پائے گا۔ تمام ٹوٹکے آزمائے ہوئے ہیں۔

نمبر 6: دائمی قبض یا گیس یا معدے کی تیزابیت کیلئے اور آتشک کے لیے رات کو سوتے وقت مقعد کے اندر کے حصے میں تیل لگاتے رہیں۔ چند دنوں کے بعد دائمی قبض اور گیس سے افاقہ محسوس کریں گے۔

نمبر 7: **بلغم کے خاتمہ کیلئے:** کلونجی، سونٹھ ہم وزن چند دانے ہریڑ اور ان کا آدھا وزن اجوائن سفوف بنا کر 1/2 چمچہ پانی کے ساتھ لیں۔ بلغم بہت جلد صاف ہوجائے گی۔

نمبر 8: جو بخار نہ ٹوٹ رہا ہو تو مریض کو گڑ یا شکر کھلا دو انشاء اللہ بخار ٹوٹ جائے گا، آزمایا ہوا ہے۔

نمبر 9: مکوہ کے پتے ابال کر جب پانی ٹھنڈا ہوجائے تو مہندی کالی یا لال مہندی ملا کر لگائیں تو بہت اچھے نتائج نکلتے ہیں۔

وظیفہ:

محمد عربی ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ ایک صحابیؓ کو فرمایا (مجھے صحابیؓ کا نام بھول گیا) کہ عصر کی نماز کے بعد 70 بار استغفار پڑھ لیا کرو۔ آپ کے ستر سال کے گناہ معاف ہو جائیں گے۔ صحابیؓ نے عرض کیا آقا ﷺ میری عمر 70 سال نہیں ہے۔ فرمایا آپ کے والدین کے۔ عرض کیا وہ بھی ستر سال کے نہیں ہیں۔ ارشاد فرمایا اور رشتہ دار کے۔ کلمہ کتنا چھوٹا ہے اجر کتنا بڑا۔ اللہ پاک توفیق دے (آمین)۔

سچا واقعہ: قاری عبدالمجید بھلوال والے کے والد صاحب بہت نیک آدمی تھے۔ وہ خربوزہ خریدنے لگے تو ان کو کسی نے کہا یہ میٹھا اور یہ پھیکا خربوزہ ہے۔ ان کے والد صاحب نے دونوں خربوزے خرید لیے۔ گھر آکر کاٹے تو واقعی ویسے ہی نکلے۔ ایک دن نماز سے فارغ ہوئے تو انہیں ایسے محسوس ہوا جیسے کوئی کہہ رہا ہو مصلے کے نیچے پیسے پڑے ہیں۔ میں نے دیکھا تو پیسے پڑے ہوئے ہیں۔ میں نے اٹھالیے۔ کچھ عرصہ بعد ویسی ہی آواز آئی کہ اعلان نبوت کرو۔ قاری عبدالمجید صاحب کے والد نے سارا واقعہ اپنے بیٹے کو سنایا کیونکہ بیٹا عالم تھا۔ انہوں نے باپ کو سمجھا دیا۔ اصل میں یہ آوازیں کافر جنات کی ہیں جو آپ کو بھٹکا رہے ہیں۔ ان کو پریشان کرنے اور اپنے سے دور کرنے کا ایک ہی راستہ ہے اور وہ ہے اللہ کا ذکر۔ جب انسان اپنی روح کو اللہ کے ذکر سے غذا نہیں دیتا تو پھر اس طرح کے واقعات ہوتے ہیں۔

ایک ضروری بات اگر ہمارے لوگ عشر زکوٰۃ ادا کردیں تو بیماریاں جو باغوں، سبزیوں، اناج کو لگتی ہیں ختم ہوجائیں گی۔ زہریلی کھاد اور سپرے نے کیا کام کیا؟ زمین کے اندر رہنے والے کیڑے اوپر آنے پر مجبور ہوگئے۔ اگر یہ زہر بند کردیں اور عشر زکوٰۃ دے دیں تو یہ واپس چلے جائیں گے۔

مذاق سے شفا:

والدہ صاحبہ سناتی ہیں ایک بزرگ کو میں نے دیکھا تھا وہ بیچارہ بغیر شادی کے دنیا سے چلا گیا۔ وہ نابینا تو نہ تھے مگر آنکھوں کے آگے دھند تھی۔ بستی کے لڑکوں نے مذاق کیا کہ ہم آپ کا علاج کرتے ہیں۔ رات کا وقت تھا، ہری مرچ رگڑ کر پانی میں ملا کر بزرگ کی آنکھوں میں مرچ والا پانی ڈال دیا۔ بزرگ کے ساتھ تو جو کچھ ہوا سو ہوا لیکن آنکھوں کی دھند ختم ہوگئی۔ لڑکوں نے مذاق کیا، اللہ پاک نے شفا دے دی۔

جلے ہوئے کا علاج

اللہ نہ کرے کوئی تیزاب ڈال دے یا جل جائے تو پان میں استعمال ہونے والا کتھا جو گلابی رنگ کا ہوتا ہے ڈلی میں ہوتا ہے اسے جلی ہوئی جگہ پر پھیریں۔ دھبہ یا نشان زخم نہ رہے گا۔

بڑھا ہوا پیٹ

پیٹ بڑھ گیا ہو یا بڑھ رہا ہو تو رات سوتے وقت سرسوں کا تیل ناف میں لگاتے رہیں۔ ساتھ ورزش بھی کرتے رہیں۔

اکثر مردوں کے پاؤں کے ناخن گندے ہوجاتے ہیں جہاں سے ناخن شروع ہوتے ہیں وہاں تیل لگانے سے ناخن

لہسن کے فائدے: لہسن کو سرکے میں رگڑ کر سانپ بچھو یا باؤلے کتے کے زخم پر لیپ کرنے سے زہر کا اثر دور ہوجاتا ہے۔

صاف اور خوبصورت ہو جاتے ہیں۔

جراثیموں سے حفاظت:

فوم کے گدوں سے جراثیموں کی حفاظت کا آسان طریقہ یہ ہے کہ گدے کے اندر تھوڑی سی اجوائن ڈال دیں۔ کوئی اچھا بہتر خوشبو والا پاؤڈر بھی ڈالتے رہیں، جراثیم ختم۔

زمیندار حضرات کیلئے آسان مشورے:

کھجور کے پودوں کو اکثر کیڑا لگتا ہے۔ کھجوروں کے باغ میں سرس کا درخت لگائیں کیونکہ کیڑے مکوڑے سرس کے درخت کے عاشق ہوتے ہیں۔ کھجور کے پودے کو بھی کیڑا نقصان نہیں پہنچائے گا۔ مکوڑے کیڑے کو کھا جاتے ہیں۔ اگر گھروں میں مکوڑے ہوں تو پانی میں مٹی کا تیل ملا کر سوراخ میں ڈال دیں فوراً مر جاتے ہیں یا اجوائن کو پانی میں بھگو دیں وہ پانی سوراخوں میں ڈال دیں اس سے بھی کیڑے مر جاتے ہیں۔

ایک بخیل سے نسخہ کیسے لیا؟

ہمارے پڑوس میں ایک عطائی ڈاکٹر صاحب ہیں، بہت بخیل ان کے پاس دو نسخے ہیں۔ ایک بواسیر کا حالانکہ دوائی مفت دیتے ہیں مگر بتاتے نہیں اور دوسرا نسخہ ہے دمہ کا۔ بڑی کوشش کے بعد دمے والا نسخہ تو دے دیا جو حاضر خدمت ہے اور دعا کریں بواسیر والا بھی دے دیں۔ دمہ والا نسخہ کچھ یوں ہے۔ ایک کلو چونا میں پانچ کلو پانی ڈال دیں۔ جب پانی صاف ہو جائے تو چونے میں سے پانی کو نتھار کر اس میں ذوفا ایک پاؤ، عناب ایک پاؤ، برگ بانسا ایک پاؤ۔ ان تمام کو پانچ کلو پانی جو چونے سے نکلا تھا، میں ڈال دیں۔ پانی کو آگ پر چڑھا دیں جب پانی 1/2 1 کلو باقی رہ جائے تو اتار لیں۔ اسے چھان کر پھر آگ پر چڑھا دیں۔ حسب ذائقہ چینی ڈال دیں۔ جب شربت تیار ہو جائے تو دمہ والے مریض کو 2 چمچ تین وقت پلائیں۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہوگا۔

مرغیوں کی بیماری

ایک دوست مرغیوں کی بیماری کا علاج فرما رہے تھے۔ آٹا گوندھ کر اس میں اجوائن، لہسن اور پیاز کوٹ کر مکس کر کے مرغیوں کو کھلائیں۔ ان شاء اللہ اب یہ بیماریوں سے محفوظ رہیں گی۔

لیکوریا سے نجات کا آسان حل:

لیکوریا کے مرض کے لیے ایک پاؤ گوند کیکر اور ایک چھٹانک گوند کتیرا دونوں کوٹ کر، ایک چمچ چائے والا تیز گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

اسم اعظم اور کشتی

ایک اللہ والے سے کسی نے پوچھا حضرت اسم اعظم تو بتایئے حضرت نے جواب میں فرمایا ’’اللہ‘‘

نوجوان نے کہا حضرت میں نے آپ سے کیا پوچھا آپ نے کیا جواب دیا۔ بزرگ نے جواب میں فرمایا کبھی پتہ چل جائے گا۔ کچھ عرصہ بعد نوجوان کشتی میں سفر کر رہا تھا کہ اچانک کشتی ڈوبنے لگی۔ نوجوان تیرنا نہیں جانتا تھا۔ (سیدنا فاروق اعظمؓ نے ارشاد فرمایا تھا علم بعد میں حاصل کرو پہلے تیرا کی سیکھو) ہمارا کام ہی الٹ ہے۔ خیر نوجوان کو بزرگ کی بات یاد آ گئی اور منہ سے اچانک لفظ ’’اللہ‘‘ نکلا۔ جو نوجوان غوطے کھا رہا تھا فوراً تیرنے لگ گیا۔ اس کے بعد اس نوجوان کو اسم اعظم پر یقین ہو گیا۔

فقیرنی نے چنبل کے لیے یہ نسخہ دیا:

یہ ٹوٹکا ایک فقیرنی (بھیک مانگنے والی) کا ہے، آکاس بیل اور بھینس کے گوبر کا پانی ہم وزن یعنی اگر گوبر کا پانی ایک پاؤ ہے تو آکاس بیل کا پانی بھی ایک پاؤ ہی ہو اور اس میں 50 گرام گندھک کوٹ پیس کر ڈال لیں۔ ان تینوں کو آگ پر چڑھا دیں۔ اس کے بعد اس میں سرسوں کا تیل 1/2 پاؤ ملا دیں اور اس میں چمچ مارتے رہیں۔ یہ ایک مرہم بن جائے گی۔ رات کو جہاں پر چنبل کے زخم وغیرہ ہوں وہاں پر لگائیں۔ کچھ دنوں کے بعد ان شاء اللہ یہ زخم ٹھیک ہو جائیں گے۔ یہ بھی چنبل کے لیے آزمایا ہوا نسخہ ہے۔

بال اُگ آئے: میری عمر چالیس سال سے اوپر ہے۔ گنجا ہو گیا تھا اللہ پاک کی مہربانی سے کلونجی، سونف، ہریڑ کے استعمال سے دوبارہ کالے بال اُگنے شروع ہو چکے ہیں۔

بیٹی بیٹا خوب کھاتے پیتے ہیں

میری پیاری بیٹی خولہ مصطفیٰ اور پیارا بیٹا حنظلہ مصطفیٰ جن کی عمر 4 اور 6 سال ہے، صرف دودھ پیتے تھے۔ کھانا نہیں کھاتے تھے۔ میں نے اپنے بچوں کو کلونجی کھلانا شروع کر دی۔ بہت کھانسی ہوئی اور بلغم نکلی۔ بچوں کی ماں مجھے کہتی تھی کہ بچوں کو بڑی کھانسی ہو گئی ہے مگر آپ دوائی نہیں لیتے کیونکہ ان سے چوری کھلاتا تھا۔ اللہ کا فضل ہے آج دونوں بچے تین وقت کھانا پیٹ بھر کر کھاتے ہیں۔ میرے ایک دوست نے بتایا تھا کہ ایک چمچ اجوائن گرمی میں رات کو پانی میں بھگو دو۔ صبح اٹھ کر پانی سے نکال کر اسے کوٹ لیں۔ سفید چاول نکل آئیں تو چھلکا نکال دو۔ پانی ڈال کر سفید چاول کو رگڑ کر نمک ڈال کر پلاؤ، بخار ختم۔ میری برادری کا آدمی ہر وقت بیمار رہتا! جسم پر پھوڑے بنے رہتے تھے۔ اسے یہی نسخہ بتایا۔ اللہ پاک نے مہربانی کی وہ ٹھیک ہو گیا۔ کیسا ہی بخار کیوں نہ ہو گرمیوں میں یہی نسخہ مگر سردیوں میں ایک چمچ اجوائن کو دو کپ پانی میں ڈال کر اتنا ابالیں کہ ایک کپ پانی رہ جائے۔ پھر اس اجوائن والے پانی کو ٹھنڈا کر کے پینے سے 15 یا 20 منٹ میں بخار ختم ہو جاتا ہے ہمارے علاقے میں اکثر یہی علاج ہوتا ہے۔

ہر موذی مرض سے بچنے کا آسان طریقہ

آخر ہر آدمی مرد عورت بیمار کیوں ہے؟ اگر ہر گھر میں سالن میں کلونجی کوٹ کر بطور مصالحہ روزانہ کا معمول بنا لیا جائے تو کوئی بھی شخص موذی مرض کا شکار نہیں ہوگا (ان شاء اللہ) اور پانی بھی بہت زیادہ پئیں۔

پرائمری سے درد شقیقہ:

ابھی پرائمری میں پڑھتا تھا کہ درد شقیقہ کا شکار ہو گیا۔ پہلے تھوڑا پھر درد رفتہ رفتہ بڑھ گیا۔ جوان ہوا تو درد بھی جوانی پکڑ گیا۔ بڑے علاج کیے، تکلیف جوں کی توں، درد اتنا شدید ہوتا تھا کہ قے شروع ہو جاتی۔ پھر کئی گھنٹے نیند یا بیہوشی۔ اللہ پاک نے ذہن میں ڈالا اور میں نے کلونجی، سونف اور ہریڑ ہم وزن رگڑ کر سفوف بنا کر کھانا شروع کر دیا۔ (آدھا چمچ کھانے کے بعد)۔ جب سوتا تو دائیں ٹانگ اور بازو میں عجیب بے چینی محسوس ہوتی تھی جبکہ ایک سائیڈ پر پسینہ نہیں آتا تھا۔ اس دوائی نے خوب بلغم نکال دیا۔ سردیوں میں میں نے شہد ملا کر کھانا شروع کر دیا۔ صبح و شام تقریباً دو ماہ استعمال کیا۔ ایک رات کو بیٹھا تھا اندر سے جلن شروع ہوئی آہستہ آہستہ پانی آنا شروع ہو گیا حتی کہ قے آنا شروع ہو گئی۔ قے تین مرتبہ آئی دو دفعہ بھرپور تیسری مرتبہ تھوڑی مگر مرض ختم ہو گیا۔ بلغم آج بھی جاری ہے لیکن کم۔ دمہ والے زیادہ کلونجی، پتھری والے بھی زیادہ کلونجی شہد استعمال کریں۔ بہت ہی مفید ہے بلکہ پتھری انشاء اللہ نکل جائے گی۔ کئی ٹھیک ہو گئے ہیں۔ سانس والوں کیلئے بہت ہی مفید ہے۔

نوٹ: ماہ جولائی 2008 کے صفحہ نمبر 35 پر محمد حفیظ چوہدری کی تحریر میں ’’دل کے مریضوں کے لیے میرا تجربہ‘‘ نسخہ میں چھوٹی الائچی کی مقدار غلطی سے 6 عدد لکھی گئی ہے۔ اس کی اصل مقدار 6 ماشہ ہے۔ لہٰذا اس کو 6 ماشہ ہی پڑھا اور لکھا جائے۔ ہم اس غلطی پر قارئین سے معذرت خواہ ہیں۔ (ادارہ)

رسالہ پڑھنے کے بعد: آپ عبقری اور کتابوں کو پسند فرماتے ہیں۔ اعتماد سے ان کے روحانی اور طبی رازوں اور ٹوٹکوں کو آزماتے ہیں۔ یقیناً آپ کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ فائدہ ہمیں لکھیں چاہے ٹوٹے پھوٹے الفاظ ہی میں لکھیں۔ کس ماہ کے رسالے یا کتاب سے طبی یا روحانی فائدہ ہوا حوالہ ضرور لکھیں۔ آپ کا تجربہ لاکھوں قارئین کے فائدہ کا ذریعہ بن جائے گا اور صدقہ جاریہ بھی ہے۔ (ادارہ)

جنسی صحت پر ذہنی رویے کے اثرات

محمد عرفان احمد

اکثریت کا معاملہ یہ ہے کہ وہ تعلیم، کاروبار، معاشرتی تعلقات وغیرہ میں برے بھلے میں تمیز کر لیتے ہیں اور صحیح غلط کا فیصلہ کر کے عمل بھی کرتے ہیں، مگر جنسی معاملات میں بے پروائی اختیار کر کے جنسی صحت کو نقصان پہنچاتے ہیں

بھرپور صحت مند زندگی گزارنے کیلئے انسان ذہنی، جسمانی اور جنسی طور پر صحت مند ہونا ضروری ہے۔ جسم کے دیگر نظاموں کی طرح انسان کا جنسی و تولیدی نظام بھی اُس کی توجہ کا طالب ہوتا ہے اور جس طرح انسان کی جسمانی صحت پر موسم، جذبات دوست، احباب، ثقافت، والدین، اساتذہ وغیرہ اثرانداز ہوتے ہیں، جنسی صحت پر بھی یہ تمام چیزیں اثر ڈالتی ہیں، لیکن ان میں سب سے اہم خود ہم ہیں۔

ہم دوسروں کے رویے کا ذکر تو بڑی شد و مد کے ساتھ کرتے ہیں' مگر اپنے طرزِ عمل اور رویے کی طرف ہماری توجہ نہیں جاتی' حالانکہ ہمارا کردار (یا رویہ) ہماری سوچ اور اپنے اور دوسروں کے بارے میں ہمارے خیالات کا عکاس ہوتا ہے۔ چنانچہ ہمیں اپنی سوچ اور کردار کا ناقدانہ جائزہ لینا چاہیے۔ اس طرح ہماری سوچ اور رویے میں جو مثبت تبدیلی ہوگی وہ ذہنی' جسمانی اور جنسی صحت کی بہتری میں اہم سنگ میل ثابت ہوگی۔

ماہرین نفسیات کے مطابق ہر شخص کو فطری طور پر درج ذیل حقوق حاصل ہوتے ہیں:

(1) اس کی عزت کی جائے (2) اس سے سچ بولا جائے (3) اس کے جذبات کا احترام کیا جائے (4) اس کی بات سنی جائے (5) اس پر سنجیدگی سے توجہ کی جائے (6) وہ دوسروں سے ممتاز ہو (7) وہ اپنے معاشرے کا حصہ ہو (8) اس سے محبت کی جائے (9) وہ اپنے آپ سے محبت کرے۔

ازدواجی یا جنسی صحت کے ضمن میں آخری نکتہ نہایت اہم ہے یعنی اپنے آپ سے محبت۔ اگر اپنے آپ سے محبت کا فن آپ سیکھ جائیں تو آپ کو زندگی میں اطمینان اور خوشی کا خزانہ مل جائے۔ واضح رہے کہ محبت سے مراد جنسی کشش نہیں ہے۔ یہ تو شہوت ہے اسے محبت کا نام نہیں دیا جاسکتا۔ محبت اصل میں نام ہے اس جذبے کا جس میں عزت و احترام اور قربت ولگن یکجا ہوتے ہیں۔ اپنے آپ سے محبت کا مطلب یہ ہے کہ آپ اپنی زندگی سے محبت کرتے ہوں اور اپنے پاکیزہ خیالات و جذبات کا احترام کرتے ہوں اور پرسکون و مطمئن ہوں۔ اپنے آپ سے محبت کی یہ کیفیت پیدا ہونے کے بعد ہی آدمی دوسروں کا احساس کرنے اور احترام کرنے کے قابل ہوتا ہے۔ دوسروں سے محبت وہی کرسکتا ہے جو اپنے آپ سے محبت کرتا ہے۔

اپنے سے محبت کرنا سیکھئے: اپنے آپ سے محبت کرنا ایک فن ہے۔ یہ صلاحیت آپ کی جنسی صحت اور ازدواجی زندگی پر بڑے گہرے اثرات مرتب کرتی ہے۔ یہ فن اسی وقت آتا ہے کہ جب آدمی خود کو نظم و ضبط کا پابند بناتا ہے۔ نظم و ضبط کا مطلب یہ ہے کہ آپ کیلئے جو کام مفید ہیں انہیں کیجئے اور جو کام مضر ہیں انہیں ترک کردیجئے۔

جنس ہماری زندگی کا ایک نہایت قوی جذبہ ہے' شاید سب سے قوی جذبہ یہی ہے۔ چنانچہ جنسی خواہشات اور جنسی تقاضوں کے مقابلے میں خود کو نظم و ضبط کا پابند کرنا دنیا کے مشکل ترین کاموں میں سے ہے۔ یہی وجہ ہے کہ زندگی کے دیگر شعبوں میں کامیاب اور ڈسپلن کے پابند افراد جنس کے ہاتھوں بے بس ہو کر بے قابو ہو جاتے ہیں۔ اکثریت کا معاملہ یہ ہے کہ وہ تعلیم' کاروبار' معاشرتی تعلقات وغیرہ میں برے بھلے میں تمیز کر لیتے ہیں اور صحیح غلط کا فیصلہ کر کے عمل بھی کرتے ہیں' مگر جنسی معاملات میں بے پروائی اختیار کر کے جنسی صحت کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ چنانچہ ان کا غیر محتاط رویہ ان کی جنسی صحت کو گھن کی طرح چاٹ جاتا ہے۔ ایسے میں خاص طور پر نوجوان کفِ افسوس ملتے اور اپنے مستقبل کو تاریک دیکھتے ہیں۔ یہ مایوسی ان کی ترقی کی راہ میں سب سے بڑی رکاوٹ بن جاتی ہے۔ جنس کی جانب سے بے پروائی ان کی زندگی کے دیگر شعبو ں کو بھی گہنا دیتی ہے۔

''نہ'' کہنا سیکھئے: آپ نے اکثر سنا ہوگا کہ منظم اور مربوط زندگی کیلئے بعض کاموں سے انکار کرنا اور معذرت کر لینا بہت ضروری ہے لیکن ہم میں سے اکثر یہ سمجھتے ہیں کہ اگر کسی کا کوئی کام نہ کیا اور معذرت کر لی تو یہ بداخلاقی ہوگی۔ بلکہ بعض افراد معذرت کرنے کا ارادہ بھی کر لیتے ہیں' مگر پست ہمتی کی وجہ سے ''اس دفعہ اور'' کہہ کر ہر بار معذرت سے فرار کی راہ اختیار کرتے ہیں۔ انہیں لوگوں سے معذرت اور ''نہ'' کرتے ہوئے ڈر لگتا ہے۔ لیکن اگر ''نہ'' کہنے کا سلیقہ آجائے تو ہم گویا خود سے محبت کرنے کے قابل ہوگئے ہیں۔ ایک دفعہ معذرت کر کے دیکھئے' آپ کو ایک نئی جرات و اعتماد کا احساس ہوگا۔

خوفزدہ مت ہوئیے: ''معذرت'' کرنے یا ''نہ'' کہنے کی جرات نہ ہونے کی وجہ یہ ہے کہ لوگ نہ کہنے پر اس خوف میں رہتے ہیں کہ کہیں سامنے والا ناراض نہ ہوجائے۔ دوسری وجہ یہ ہے کہ ہم صاف گوئی کو منفی انداز میں لیتے ہیں۔ اس بات کو سمجھ لیجئے کہ صاف گوئی علیحدہ چیز ہے اور منہ پھٹ ہونا الگ شے۔ اول الذکر کردار کی خوبی ہے اور ثانی الذکر کردار کی خامی۔ صاف گوئی عین اخلاق ہے اور منہ پھٹ ہونا بداخلاقی۔ بہرکیف صاف گو بنیئے، منہ پھٹ نہ بنیئے۔ صاف گوئی اپنے آپ سے محبت کی علامت ہے۔ والدین اپنی اولاد کو کتنی ہی بار مختلف کاموں سے منع کرتے ہیں اور ان کو ''نہ'' کہتے ہیں' لیکن ان کا یہ عمل اولاد سے دشمنی کی علامت نہیں ہوتا۔ اگر اس نکتے کو سمجھ لیا جائے تو انکار کرنا اور نہ کہنا آسان ہوجائے گا۔

یہ معاملہ دوسروں کے ساتھ ہے' اسی رویے کو اپنی ذات سے وابستہ کیجئے یعنی بعض چیزیں ایسی ہیں جو آپ کی جنسی' ازدواجی صحت کیلئے مضر اور خطرناک ہیں۔ ان سے اجتناب آپ کی جنسی صحت اور مجموعی طور پر مستقبل کیلئے نہایت اہم ہے۔ مثال کے طور پر جلق (مشت زنی) نوجوانوں کیلئے زہر ہے۔ اس قبیح عادت کے مضر نتائج بھی سامنے ہیں۔ چنانچہ اپنی ذاتی حیثیت میں اس مضر عادت کے ضمن میں اپنے آپ سے ''نہ'' کہیے۔ جب آپ کو اس فعل کی طرف رغبت ہو تو اس سے انکار کیجئے اور خود کو اس سے روکیے۔ ''نہ'' کہنے کا یہ عمل آپ کی جنسی صحت کیلئے ایک سنگ میل ثابت ہوگا۔

شریک حیات سے مکالمہ کیجئے: جس طرح ہم زندگی کے تمام ہی شعبوں کے بارے میں افراد خانہ بالخصوص شریک حیات سے گفتگو کرتے اور مشورے کرتے ہیں' اپنے ازدواجی معاملات کو درست کرنے اور جنسی صحت کو بہتر بنانے کیلئے بھی شریک حیات سے مکالمہ کیجئے۔ اپنے انتہائی نجی شعبہ حیات میں اپنے شریک حیات کو شامل کیجئے۔ آپ کا ازدواجی زندگی کے مستقبل کے بارے میں کیا خیال ہے؟ آپ ازدواجی زندگی کے بارے میں کیا سوچ رکھتے ہیں؟ کیا خاندانی منصوبہ بندی کرنی چاہیے؟ اولاد کتنی ہونی چاہیے وغیرہ جیسے معاملات پر اپنی شریک حیات سے گفتگو کرنے اور ایک دوسرے کی رائے سننے سے نہ صرف ازدواجی اور گھریلو ماحول بہتر ہوگا بلکہ آپ کی جنسی صحت پر بھی اس عمل کے خوشگوار اثرات پڑیں گے۔

 تبادلے کا مجرب عمل: تبادلہ کرانا مقصود ہو تو بعد نماز عشاء 41 مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر 40 روز تک دعا کریں۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے تبادلہ ہوجائے گا۔

اس ضمن میں یہ بھی ضروری ہے کہ شریک حیات سے مکالمے کی ابتدا آپ کیجئے۔ ابتدا میں اگرچہ جھجک محسوس ہوسکتی ہے' لیکن خود کو جھجک کے حوالے کرنے سے آپ کے ازدواجی مسائل حل نہیں ہوں گے۔ جرات سے کام لے کر اس موضوع پر گفتگو کیجئے اور وسیع القلبی کے ساتھ اپنی ذمہ داری سمجھتے ہوئے شریک حیات کا نقطۂ نظر سنیے اور اپنا نقطہ نظر بیان کیجئے۔ اگر آپ نے تدبر اور ذمہ داری کے ساتھ مکالمے کا ماحول پیدا کرلیا تو آپ اور آپ کے شریک حیات کے ازدواجی اور جنسی مسائل بڑی آسانی سے حل ہوں گے اور بہت سے مسائل پر آپ پیشگی بند باندھ سکیں گے۔ اس موضوع پر گفتگو کرتے ہوئے واضح رہے کہ جنسی معاملات الگ شے ہیں اور رومانی بات چیت الگ شے۔ دونوں میں بڑا فرق ہے۔ یہاں رومانی گفتگو کا ذکر نہیں بلکہ جنسی صحت کی بات ہے۔

نوجوانوں کی گفتگو: جنسی صحت کے مسائل کا بڑی حد تک تعلق نوجوانوں سے ہے۔ بزرگوں اور والدین سے دوری اور غلط ماحول نے ان مسائل کو مزید بڑھا دیا ہے چنانچہ نوجوان رومانی گفتگو میں پڑ کر تو نفس کو لذت آشنا کردیتے ہیں' لیکن جنسی صحت سے بے خبر ہوکر خود کو امراض کی آماجگاہ بنا لیتے ہیں۔ جہاں تک جنسی یا ازدواجی صحت پر گفتگو کا معاملہ ہے نوجوانوں کو بھی قابل اعتماد' سنجیدہ اور باعلم و باعمل دوست احباب اور بزرگوں سے اس موضوع پر بلا تکلف و بلا جھجک گفتگو کرنی چاہیے۔ ان کو اگر ایسے ساتھی مل جائیں تو اپنے مسائل کے بارے میں کھل کر بات کرنی چاہیے اور جو نکتہ سمجھ میں نہ آئے اس کی وضاحت طلب کرنی چاہیے۔ نوجوانوں کا یہ جرات مندانہ رویہ نہ صرف ان کی ازدواجی زندگی کیلئے مفید ہوگا بلکہ مجموعی طور پر بہترین اور روشن مستقبل کی بنیاد بنے گا۔

غلط فہمیاں دور کیجئے: چونکہ جنس کا موضوع ہمارے ہاں ایک حجاب رکھتا ہے اور اسے وہ اہمیت حاصل نہیں ہے جو مغرب میں اسے حاصل ہے' اس لیے اسی حجاب کی وجہ سے ہمارے معاشرے میں جنس کے بارے میں بہت سی غلط فہمیاں عام ہوگئی ہیں۔ مزید یہ کہ عموماً جو باتیں بیان کی جاتی ہیں ان کی بھی کوئی بنیاد نہیں ہوتی۔ ممکن ہے آپ بھی ایسی کچھ غلط فہمیوں میں پھنسے ہوں۔ اپنی جنسی صحت کو بہتر بنانے کیلئے ضروری ہے کہ ان غلط فہمیوں کو دور کیجئے اور حقائق جاننے کی کوشش کیجئے۔ مثال کے طور پر نوجوانوں میں یہ بات عام ہے کہ مادۂ منویہ کا ایک قطرہ خون کے سو یا چالیس قطروں سے مل کر بنتا ہے (اس غلط فہمی کی بنا پر نوجوان نفسیاتی طور پر خود کو کمزور اور لاغر محسوس کرنے لگتے ہیں) حالانکہ اس بات کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ مادۂ منویہ خون سے نہیں بنتا۔ اسی طرح احتلام کو اور خاص طور پر اس کی تعداد کو بھی ہوّا بنادیا گیا ہے' حالانکہ مہینے میں ایک دو دفعہ اس کا ہوجانا صحت کی علامت ہے' لیکن نوجوان بلاوجہ اس سے خوفزدہ ہوکر خود کو مریض اور کمزور خیال کرنے لگتے ہیں۔

یہ صورت حال پاکستانی نوجوانوں میں بہت عام ہے۔ رومانی ماحول نے نوجوانوں کی صحت کو مزید برباد کردیا ہے۔ اگر آپ اپنا مستقبل روشن بنانا چاہتے ہیں اور جنسی طور پر خود کو صحت مند رکھنا چاہتے ہیں تو اس قسم کی تمام غلط فہمیوں سے خود کو محفوظ رکھنے کی تدبیر کیجئے۔ معتبر ذرائع سے درست معلومات اور حقائق جاننے کی کوشش کیجئے۔ لوگ جنس کے بارے میں بات کرتے ہوئے اس لیے بھی گھبراتے ہیں کہ خود اپنی جنسی صحت کو خطرات لاحق ہوتے ہیں اور جنسی امراض سے بے خبر رہ کر گویا وہ یہ سمجھتے ہیں کہ وہ ان میں مبتلا نہیں ہوں گے۔ صحیح فکر یہ ہے کہ اپنے کردار اور رویہ کو تول کر اور جنسی معلومات سے باخبر ہوکر اپنی جنسی صحت کی حفاظت کی جائے۔

(بقیہ: سچ بولنے کا صلہ)

سچے لڑکے کی تلاش تھی، تم ہی اس ملک کے بادشاہ ہوگے۔" بات یہ تھی کہ بادشاہ نے جو بیج بچوں میں تقسیم کیے تھے وہ سب خراب تھے، لہذا ان کے پھوٹنے یا ان پر پھول لگنے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا تھا۔ دوسرے بچے اس لیے خوبصورت پھول کھلانے میں کامیاب ہوگئے تھے کہ انہوں نے اس خراب کی جگہ اچھے بیج بوئے تھے مگر سونگ چن نے یہ غلط حرکت نہیں کی تھی اور جھوٹ سے کام نہیں لیا تھا، لہذا اسے سچائی کا انعام مل گیا۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں' مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں۔ وہ محفوظ ہوجائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔

نوٹ: درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

(بقیہ: قدرت کا انتقام، متکبر کے لیے)

تجھے یہ بھی پتا نہیں کہ تو کیا مانگ رہا ہے۔ لیکن عبادت گزار کے کان بھی بند ہوچکے تھے وہ فرشتے کے یہ الفاظ سن نہ سکا۔ فرشتے نے اپنے پر پھڑ پھڑائے اور آسمان کی طرف رُخ کرکے پرواز کرگیا۔ تیسری صدی شروع ہوئی تو کئی نسلیں بدل چلی تھیں۔ حضرت سلیمان علیہ السلام کے آخری دنوں میں جب بیت المقدس میں ہیکل سلیمانی کی تعمیر شروع ہوئی تو کرۂ ارض کے اس برگزیدہ فرماں رواں نے اس کی تعمیر اپنی نگرانی میں شروع کرائی۔ وہ ایک منبر پر کھڑے، ایک ہاتھ میں عصائے شاہی لیے اہل جنات سے ہیکل تعمیر کروا رہے تھے کہ ایک پرندے نے آکر سرگوشی کی اے پیغمبرؑ خدا! یہاں سے دور ایک ایسا عبادت گزار بھی ہے جو گزشتہ تین سو سال سے عبادت میں مصروف ہے۔ اس کی دہشت کی انتہاء ہے کہ اس کے اردگرد نہ حشرات الارض ہیں اور نہ پرندے۔ کسی نے اسے نہ ہی کھاتے پیتے دیکھا ہے اور نہ دوسری ضروریات زندگی پوری کرتے ہوئے دیکھا ہے۔ حضرت سلیمانؑ مسکرائے اور فرمایا: اے ہدہد تو نہیں جانتا کہ جو عابد مخلوق خدا سے بیزار ہو یا مخلوق خدا اس سے بیزار ہو، اس کی عبادت ایک سعی رائیگاں ہے اور بس۔ پیغمبر خدا نے یہ کہہ کر اپنی آنکھیں بند کرلیں اور خاموش ہوگئے۔ روایات کے مطابق اس کے بعد حضرت سلیمانؑ نے کوئی کلام نہیں کیا۔ اللہ نے اپنے برگزیدہ پیغمبر علیہ السلام کو اپنے پاس بلا لیا تھا لیکن ہیکل سلیمان کی تعمیر جاری رہی یہاں تک کہ تعمیر مکمل ہوگئی تو دیمک نے حضرت سلیمانؑ کی عصا میں نقب لگایا اور وہ اس عصا سے رزق حاصل کرتی رہیں یہاں تک کہ عصا پیغمبرؑ خدا کا بوجھ نہ سہار سکا۔ تب اہل جنات کو معلوم ہوا کہ ان کے فرماں رواں تو وصال الٰہی سے مشرف ہوچکے ہیں۔ ادھر عصائے سلیمانی گرا، اُدھر عبادت گزار کی عبادت کی تیسری صدی پوری ہوچکی تھی۔ فرشتہ نمودار ہوا اس نے آواز دی۔ اے مرد خدا اُٹھ آنکھیں کھول اور میری طرف دیکھ میں بارگاہِ خداوندی سے تیری عبادتوں کی قبولیت کی خوش خبری لے کر آیا ہوں۔ مانگ رب کائنات سے کیا مانگتا ہے؟ سلیمانؑ جیسے فرماں روا کی جانشینی چاہیے تو وہ بھی تجھے مل سکتی ہے۔ عبادت گزار نے یہ ندا سن کر بیک وقت اپنی دونوں آنکھیں کھولیں، دونوں خون کبوتر کی طرح لہو رنگ تھیں۔ اس کی آواز بجلیوں کی طرح کڑک دار تھی۔ اس نے غضب آلود ہوتے ہوئے کہا اس سے کہو میرے ساتھ انصاف کرے۔ فرشتے نے کہا: اے شخص تجھے کیا ہوگیا تو رب کائنات سے انصاف مانگ رہا ہے تو اس کا فضل وکرم مانگ۔ ہرگز نہیں اس نے گرج کر کہا، نجانے صدیوں کی فاقہ کشی کے باوجود اس کی آواز میں اتنی قوت کہاں سے آگئی تھی۔ اُس نے کہا اُس سے کہو میرے ساتھ انصاف کرے۔ فرشتے نے اپنے پر پھڑ پھڑائے اور افسوس کرتے ہوئے کہا اب بھی وقت ہے اپنی ضد سے باز آجا نہیں صرف اور صرف انصاف، عبادت گزار کی آواز میں گھن گرج موجود تھی۔ اچھا تو رب کی طرف سے انصاف یہ ہے کہ یہ پہاڑ تین سو سال تک تجھ پر سواری کرے گا۔ فرشتے نے یہ کہہ کر اپنے پر زور سے پھڑ پھڑائے اور اپنا ایک پر پہاڑ کے نیچے اور دوسرا اس کے اوپر رکھ کر اسے الٹ دیا اور اوپر کی جانب پرواز کرگیا۔

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن وسلوک)

وہ خود تو جہنم رسید ہوچکا تھا لیکن اس کے بیٹے موجود تھے۔ آپ ﷺ کو ان کا خیال آیا۔ وہ خوف کے مارے روپوش ہوگئے تھے کیونکہ انہیں اپنے اور اپنے ماں باپ کے جرائم کی فہرست یاد تھی۔ آپ ﷺ نے انہیں تلاش کروایا اور ان سے بڑی محبت اور شفقت سے پیش آئے۔ آپ ﷺ کا یہ حسن سلوک دیکھ کر وہ اسی وقت مسلمان ہوگئے۔

بھوک پیاس نہ لگے: یَامُقِیتُ ہر فرض نماز کے بعد 21 بار پڑھ کر انگلیوں پر دم کرکے سونگھ لیں۔ ان شاء اللہ بہت جلد افاقہ محسوس کریں گے

(بقیہ: آلو بخارا فرحت بخش اور قبض کشا)

پیاس اور دردسر میں بھی فائدہ دیتا ہے۔(26) آلو بخارے کا رس ایک تولہ گرم کر کے پینا گلے کے ورم اور قے کے لئے مفید ہوتا ہے۔(27) صفراء کو خارج کرنے کیلئے پندرہ دانے آلو بخارا کے لیں اور رات کو بھگو کر صبح مل چھان کر چینی ملا کر چند روز تک پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔(28) اگر گردوں میں تکلیف ہو اور پیشاب رک رک کر آتا ہو تو آلو بخارے کا استعمال اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔(29) خون کے کینسر میں آلو بخارے کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے اور ابتدائی کینسر اس سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔اس کیلئے ترش آلو بخارا استعمال کرنا چاہئے۔(30) ذیابیطس (شوگر) کے مریض بھی ترش آلو بخارا استعمال کر کے خاطر خواہ فائدہ اٹھا سکتے ہیں(31) آلو بخارا بینائی کو طاقت دیتا ہے اور گردہ و مثانہ کی پتھری کو توڑتا ہے۔(32) بھوک کی کمی، دماغی خشکی، اپھارہ اور دردمعدہ میں آلو بخارے کے سات دانے ہمراہ املی تین تولہ، رات کو پانی یا عرق سونف میں بھگو دیں صبح اچھی طرح مسل کر چھان کر نمک ملا کر تین دن استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔(33) پتے میں کنکریاں ہونے کی صورت میں آلو بخارے کے مسلسل استعمال کے ساتھ ساتھ دن میں دو یا تین مرتبہ عرق کاسنی اور عرق کلو دس تولے روزانہ پینا بے حد مفید ہوتا ہے۔ چند روز کے استعمال (تین ہفتے) میں مکمل صحت ہو جاتی ہے، آلو بخارے خشک بھی استعمال کئے جاسکتے ہیں۔

آلو بخارے کا استعمال سرد مزاج والے اور اعصابی دردوں والے حضرات بالکل نہ کریں، اسی طرح جنہیں پیچش کی شکایت ہو وہ بھی استعمال نہ کریں۔

(بقیہ: چھینک ہٹیلی بیماریوں کا قدرتی علاج)

سے بھی حالات پیش آئیں ممکن ہے کہ آپ کو کچھ بھی محسوس نہ ہو، نہ چھینکیں آئیں نہ اُبکائی۔ آپ معمولی سی تبدیلی جیسے آپ محسوس بھی نہ کر سکیں اور ٹھیک ہو جائیں۔ البتہ بہت زیادہ پرانے مریضوں کو اپنی نیند بحال کرنے کے ساتھ ساتھ اپنے مسائل بھی حل کرنے چاہئیں مثلاً بے چینی کیوں ہوتی ہے؟ غصہ کیوں آتا ہے وغیرہ وغیرہ۔

آخر میں نفسیاتی مریضوں کو پھر دہرانا چاہوں گی کہ انسانی جسم میں اب نارمل سوچ کی وجہ سے دو چیزوں میں تبدیلی واقع ہوتی ہے شعور میں اور دل میں۔ جب ان دونوں میں جذباتی تبدیلی واقع ہو جائے تو ڈپریشن کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ شعور میں تبدیلی چھینکوں کی بدولت جبکہ دل میں تبدیلی اُبکائی کی بدولت آئے گی، جس سے ڈپریشن کی کیفیت ختم ہو جائے گی اور مریض مکمل نارمل حالت میں آجائے گا۔(ان شاءاللہ)

(بقیہ: سفید زیرہ سے معدہ اور جگر طاقتور)

(18) کھانوں کو بالخصوص چاولوں کو خوشبو دار اور خوش ذائقہ بنانے کے لیے عام استعمال کیا جاتا ہے۔(19) اگر ایک تولہ سفوف زیرہ چھ ماشے شہد میں ملا کر چند دن تک روزانہ زبان پر ملیں تو زبان کی لکنت دور ہو جاتی ہے۔(20) ہچکی دور کرنے کے لیے زیرہ سفید گھی سے چرب کر کے دھکتے ہوئے کوئلوں پر یا گرم توے پر ڈال کر دھونی لینے سے فائدہ ہوتا ہے(21) بچھو کاٹے کا زہر زائل کرنے کے لیے نمک اور زیرہ سفید پیس کر گھی اور شہد کا اضافہ کر کے لیپ کرنے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔ درد اور زہر دونوں دور ہو جاتے ہیں۔(22) اسہال کی صورت میں زیرہ سفید گھی میں ہلکا سا چرب کر کے دہی میں ملا کر کھانا بے حد مفید ہے۔(23) زیرہ سفید اگر کچنار کی چھال کے رس میں رگڑ کر کھایا جائے تو پیچش دور ہو جاتی ہے۔(24) لیموں کے رس میں رگڑ کر کھانے سے متلی فوراً دور ہو جاتی ہے۔

(بقیہ: گھریلو مالی معاملات بیوی کے سپرد کر دیجئے)

اور نہ یہ پتہ ہوتا ہے کہ کس سے کیا لینا تھا۔ اس کے چھوڑے ہوئے کاروبار کو سنبھالنے کا تو خیر ذکر ہی کیا۔ بہت سے گھر والے تو کاروبار کے بنیادی اثاثوں اور طریقہ کار سے ہی ناواقف ہوتے ہیں۔ بہت کم بیویاں ایسی ہوتی ہیں جنہیں اپنے خاوند کے کاروبار، سرمایہ کاریوں، آمدنی، قرضوں اور بجٹ کا علم ہوتا ہے۔ جب یہ بوجھ ایک دم آکر سر پر گرتا ہے تو ان بیچاریوں کے ہاتھ پیر پھول جاتے ہیں۔ جن مسائل کے متعلق ساری زندگی انہوں نے سوچا بھی نہیں ہوتا ان سے واسطہ پڑتا ہے تو زندگی کا ایک نیا رخ سامنے آتا ہے۔ ایک ایسا رخ جس کے وجود تک سے وہ ناواقف ہوتی ہیں۔ اپنے طور پر کچھ عرصہ مقابلہ کرنے کی کوشش کر کے تھک ہار کر وہ ہتھیار پھینک دیتی ہیں اور نتیجہ یہ کہ اچھے خاصے کاروبار چلتے چلتے ٹھپ ہو جاتے ہیں۔ سمجھدار اور مخلص سربراہ یہ حقیقی روپ دیکھ کر اپنے اہل خانہ بالخصوص بیوی کو پہلے ہی ایسے معاملات سے نبرد آزما ہونے کا طریقہ سکھا دیتے ہیں۔ یاد رکھیں کہ محبت کا مطلب صرف یہ نہیں کہ اپنے چاہنے والوں کو خود پر انحصار کرنا سکھایا جائے بلکہ محبت کا ایک مطلب یہ بھی ہے کہ اپنے پیاروں کو خود مختاری کا سبق دیا جائے تاکہ کل کوئی ناگہانی صورت حال آپڑنے کی صورت میں وہ اپنا خیال رکھ سکیں۔ یہ ایک ایسا فرض ہے جس کی ادائیگی آپ پر لازم ہے۔ یہ مضمون انہی تقاضوں کو سامنے رکھتے ہوئے تحریر کیا گیا ہے۔

(بقیہ: نبوی ﷺ طریقے سے گلے کی بیماریاں ختم)

ایک رات ہم صحن میں چار پائیوں پر بیٹھے تھے۔ بچے نیچے بیٹھے تختیاں لکھ رہے تھے۔ میں بچی کو تختی پر کچھ لکھ کر دے رہا تھا۔ کیا دیکھتا ہوں کہ سانپ میرے چھوٹے بچے کے بالکل قریب پہنچ چکا ہے۔ میں نے تختی اسے ماری لیکن ایک بار پھر وہ جان بچانے میں کامیاب ہو گیا۔

آخر تنگ آکر میں نے ذیل کا نسخہ استعمال کیا۔ سانپ بھاگ گیا پھر سالوں تک ہمارے گھر میں سانپ نظر نہ آیا۔ یہ نسخہ میں نے کئی لوگوں کو استعمال کرایا۔ جن لوگوں نے استعمال کیا پھر ان کے گھروں میں سانپ نہیں آیا۔

نسخہ: ایک پاؤ امونیم کلورائیڈ کو پانچ سیر پانی میں گھول کر سوراخوں اور تمام مکان میں چھڑک دیں سانپ بھاگ جائے گا، کبھی کبھی چھڑکتے رہیں تو مکان میں سانپ نہ آئے گا۔

(بقیہ: بیٹا آتے ہوئے سری لیتے آنا)

ماردی اور پانی میں پھینک دیا۔ پھینکنے کے بعد پانی ایسا لگ رہا تھا کہ جیسے پانی میں سات ہاتھی لڑ رہے ہیں۔ پانی کبھی اوپر آتا کبھی نیچے جاتا۔ یہ عمل تقریباً پانچ منٹ جاری رہا جب پانی ساقت ہو گیا تو والد صاحب ہنسے اور کہنے لگے کہ اب چلو گھر چلیں۔ ہمارے گھر جانے سے پہلے ہمارے چچا جان مولوی محمد شریف صاحب نمبردار کا گھر آتا ہے۔ ان کے گھر جا کر والد صاحب نے کہا کہ میرا بیٹا آپ کے گھر سات دن رہے گا۔ وہ دروازے سے باہر نہیں آئے گا۔ میرے والد صاحب دن میں تین مرتبہ میرے پاس آیا کرتے تھے اور قضائے حاجت کے لیے مجھے اپنے ساتھ کھیتوں میں لے جاتے اور پانی کا لوٹا بھی ساتھ لے کر جاتے۔ جب میں فارغ ہو جاتا تو مجھے واپس گھر چھوڑ جاتے۔ سات دن کے بعد مجھے والد صاحب اپنے گھر لائے اور کہا کہ اب نکی کے ٹیلے پر کچھ نہیں ہے۔ اب بھی کبھار لوگ وہاں جاکر بیٹھتے ہیں۔

(بقیہ: نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج)

دانستہ بدھو بن کر دنیا سے کنارہ کشی کی راہ اختیار کر لی۔ عقل کا استعمال تو وہی آدمی کرتا ہے جسے زندہ رہنے اور آگے بڑھنے کی آرزو ہے۔ سب سے پہلے یہ آرزو پیدا کیجئے۔ یہ اسی وقت ممکن ہے جب آپ خود کو یہ کہنا شروع کر دیں کہ آپ ایک اچھے بھلے انسان ہیں اور آپ کو زندہ رہنے اور آگے بڑھنے کا اتنا ہی حق ہے جتنا کسی اور کو۔ خود اعتمادی کی نمو آپ کی ذہنی صلاحیتوں کے پر کھولے گی۔ سہارے کی تلاش چھوڑ دیجئے اور دوسروں کو سہارا دینے کی تمنا پیدا کیجئے۔ مسئلہ محنت اور وقت طلب ہے مگر کوئی وجہ نہیں کہ آپ بہتر زندگی نہ بسر کر سکیں۔

(بقیہ: ابوالحسنؒ سراج کی زبانی)

اس لیے کہ صبر بہترین اعتماد کی چیز ہے اگر بے صبری سے مجھے کوئی فائدہ پہنچ سکتا تو میں کرتی۔ میں نے ایسی مصیبتوں پر صبر کیا کہ اگر وہ مصائب سخت پہاڑوں پر پڑتے تو وہ پہاڑ بھی ٹکڑے ٹکڑے ہو جاتے۔ میں نے اپنے آنسوؤں پر قدرت پائی اور ان کو نکلنے سے روک دیا۔ اب وہ آنسو اندر ہی اندر میرے دل پر گر رہے ہیں اگر غور کیا جائے تو آج کل کی عورتوں اور ان عورتوں میں بہت تضاد نظر آتا ہے۔ اگر آج کی کسی عورت پر اتنی مصیبتیں آئیں تو وہ زندہ رہنے کے بجائے خودکشی کو ترجیح دے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو صبر کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین)

(بقیہ: واقعی اس بزرگ کی آنکھوں میں کچھ تھا)

نہ بیماری کی فکر، نہ گھر بار کا غم۔ طواف کے سرانجام پاتے ہی سعی کی باری آئی۔ اتنا رش کہ اللہ کی پناہ۔ پانچ چکر تو خیریت سے گزرے۔ وہاں حبشی نژاد قوی الجثہ مرد و خواتین ہاتھوں کی زنجیر بنا کر پورا زور لگا کر اوروں کو دھکیل کر اپنا راستہ بنا رہے تھے۔ اس دھکم پیل میں کوئی مرے، جیئے انہیں کوئی پرواہ نہ تھی۔ دس بندوں کا ایسا ہی گروپ ہمارے پیچھے بھی آپہنچا۔ مجھے ایک زوردار دھکا سر کے پچھلے نرم حصے پر لگا اور میری آنکھوں کے سامنے نیلے پیلے دھبے پھیل گئے اور میں ٹوٹی شاخ کی طرح زمین پر گرتی چلی گئی کہ اچانک ایک بہت ہی بوڑھے بزرگ جن کی بھنوؤں اور پلکوں کے بال بھی سفید تھے اور ان کی آنکھوں میں زبردست جلال تھا۔ انہوں نے دونوں ہاتھ بھیڑ کے سامنے بلند کر لیے۔ ہاتھوں کا بلند کرنا تھا کہ دونوں طرف لوگوں کا طوفان بلا خیز تھم گیا۔ اس بزرگ نے مجھے ہاتھ سے پکڑ کر اٹھایا اور نزدیکی دروازہ کی جانب جو مارکیٹ کی طرف کھلتا تھا، دھکیل دیا۔ بہت دیر بعد میرے ہوش ٹھکانے آئے میں نے اپنی کھوئی ہوئی ہمت کو یکجا کیا اور سعی کی تعداد پوری کی۔ بعد میں یہ واقعہ ہم نے وہاں لوگوں کو سنایا تو سب لوگوں نے نہایت یقین کے ساتھ بتایا کہ حج کے دنوں میں طواف اور سعی کے دوران نیک روحیں' جن اور فرشتے بھی تشریف لاتے ہیں اور اس دوران اکثر بے بس اور مصیبت زدہ لوگوں کی مدد کرتے ہیں۔ واقعی اُن بزرگ کی آنکھوں میں کچھ ایسا تھا جسے میں الفاظ میں بیان نہیں کر سکتی۔

(بقیہ: مختصر پُر اثر)

اٹھائیس دن بعد اس نے طبیب کو جیل سے طلب کیا اور اس نے پوچھا بدزبان! اب کیا کہتا ہے۔ طبیب نے جواب دیا' بادشاہ سلامت کا اقبال بلند ہو' میں غیب دان نہیں ہوں مجھے تو خود اپنی عمر کا حال معلوم نہیں۔ مگر آپ کی عمر کا کیا حال بتا سکتا ہوں۔ میرے پاس آپ کی مرض کی دوا اس کے سوا نہیں تھی کہ آپ کو غم اور فکر میں مبتلا کر دوں۔ بادشاہ نے اسے آزاد کر دیا اور انعام و اکرام سے نوازا۔

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھٹنوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت منداور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہو گی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

ماہنامہ عبقری ® لاہور

اکتوبر 2008ء بمطابق شوال 1429 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ: 20 روپے

28

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

یَا عَلِیۡمُ کے ہوشربا کمالات

دیسی گھی سے الرجی اور ناک کی بڑھی ہوئی ہڈی کا علاج

کھجور ٹانک، دوا اور غذا

حضرت مولانا شاہ فضل الرحمٰن گنج مرادآبادیؒ کے وظائف وعملیات

بیوٹی پارلرز خطرناک ہیں

زندگی کی خاطر دوڑیئے

ڈاکو اندھے ہوگئے

مسرت انگیز ازدواجی زندگی کے چھ اصول

شوال میں عبادت کی راتیں، سعادت کے دن

جنسی جذبات مردہ ہونے سے بچائیں

اکتوبر کی احتیاطی تدابیر اور مفید غذائیں

بولتی زبان اچانک چھن گئی

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ۚ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ مفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 4 جلد نمبر 3 اکتوبر 2008ء بمطابق شوال 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

اکتوبر 2008ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ ایچ۔ ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ "ماہنامہ" عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرسالانہ -/240 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زرسالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملنے پر اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت۔

حکیم صاحب سے ملاقات

پیر، منگل، بدھ، جمعرات

(عصر سے مغرب کے درمیان)

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)

روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

ضروری اطلاع

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

موبائل نمبر: 0321-4343500

کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560

اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815

موبائل: 0333-5648351

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

Website:www.ubqari.net

0322-4688313، 042-7552384

پیغامِ قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد پاک ہے: جو لوگ اپنا مال اللہ تعالیٰ کی راہ میں خرچ کرتے ہیں ان (کے مال) کی مثال اس دانہ کی سی ہے جس سے سات بالیں اُگیں اور ہر ایک ایک بالی میں سو سو دانے ہوں اور اللہ تعالیٰ جس (کے مال) کو چاہتا ہے زیادہ کرتا ہے اور اللہ تعالیٰ بڑا فیاض اور بڑے علم والا ہے۔

(سورۂ بقرہ آیت نمبر 261)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جو مسلمان کسی مسلمان کو کپڑا پہناتا ہے تو جب تک پہننے والے کے بدن پر اس کپڑے کا ایک ٹکڑا بھی رہتا ہے، پہنانے والا اللہ تعالیٰ کی حفاظت میں رہتا ہے۔ (ترمذی)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

اعتراض بعض لوگوں کے مزاج میں ہوتا ہے۔ کم لوگ ہیں جو امت کے ہر فرد کے ساتھ درگزر کا معاملہ کرتے ہیں۔ اعتراض کے نقصانات کیا ہیں؟ چند واقعات ملاحظہ فرمائیں۔ بندہ کے آبائی گھر کے قریب ایک کمپاؤنڈر ڈاکٹر رہتے ہیں اور کلینک بھی قریب ہے۔ چند بار ان سے ملنے اور ان کے پاس بیٹھنے کا اتفاق ہوا۔ وہ تقریباً ہر راہ گزرنے والے تک کو معاف نہیں کرتے حالانکہ اس راہ گزرنے والے سے دور کا واسطہ تک نہیں ہوگا لیکن اس بندہ خدا پر کوئی نہ کوئی اعتراض ضرور ہوگا۔ اُن کے پاس کوئی بیٹھا پھر اٹھ کر گیا تو جو زبان پہلے اس کی تعریف کر رہی تھی وہی زبان اس کی غیبت اور اعتراض میں لگ جائے گی۔ اس طرح کے کچھ اور لوگوں کو بھی جانتا ہوں پھر اس کا انجام کیا ہوا؟ وہ ڈاکٹر صاحب کسی نہ کسی مرض اور آسمانی' زمینی آفت میں ضرور مبتلا رہتے ہیں۔ بیماری' معاشی پریشانی' تنگ دستی ہر وقت ان کے ساتھ رہتی ہیں۔ بعض اوقات اچانک بے ہوش ہو جاتے ہیں۔ کچھ علم نہیں کہ مرض کیا اور تکلیف کیا ہے؟ ایک بزرگ صفت نے اس کی وجہ بتائی کہ یہ ہر شخص پر اعتراض کرتے ہیں' اللہ تعالیٰ نے زندگی سے چین' سکون' برکت اور عافیت چھین لی ہے۔ جو بھی حادثات ہمیں نظر آ رہے ہیں وہ دراصل اس کے بُرے دل کا عکس ہیں۔ جو دل میں ہوتا ہے وہی عالم میں نظر آتا ہے۔

میرے پڑوس میں ایک صاحب شکایتی مزاج رکھتے ہیں۔ انہیں ہر شخص سے اعتراض ہے یا پھر وہ کسی نہ کسی کے خلاف درخواست دیتے رہتے ہیں۔ لوگ پریشان ہیں کہ اس کا کیا حل ہے؟ یقین جانیے وہ صاحب خوشیاں نہیں بانٹتے بلکہ دکھ اور کانٹے بکھیرتے ہیں۔ یہ نظام زیادہ عرصہ نہیں چل سکتا۔ آخر کار انجام بد ہی ہوتا ہے۔ وہی ہوا جس کا خطرہ تھا۔ وہ سالہا سال اپنی روش پر ڈٹے رہے' ہر شخص کو تنقید اور اعتراض کا نشانہ بناتے رہے اور پھر قہقہے مار کر اپنے کارنامے سناتے۔ قریب اور دور والا ہر شخص ان سے اندرونی طور پر شاکی لیکن شر سے بچنے کے خوف کی وجہ سے ان کی ہاں میں ہاں ملاتے۔

اب مشکلات' مسائل اور امراض ان کے اردگرد مُنڈلانے لگے۔ ایک مشکل سے نکلے تو دوسری جب دوسری سے نکلے تو تیسری میں مبتلا ہو گئے۔ حتیٰ کہ دماغی نظام آؤٹ ہو گیا اور معاشرے پر بوجھ بن گئے۔

ہم اپنا موازنہ نہ کریں کیا ہم بھی معاشرے پر بوجھ بننا چاہتے ہیں یا اپنے نیک عملوں سے اردگرد خوشبو بکھیرنا چاہتے ہیں۔ فیصلہ آپ خود کریں۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص استغفار میں لگا رہے اللہ جل شانہ اس کے لیے ہر دشواری سے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں۔

بے گمان رزق پایئے

کیا عجیب روایت ہے کہ جس شخص کے عمل سے پہلے اور عمل کے بعد بھی استغفار ہو، توبہ ہو، ندامت ہو تو اللہ جل شانہ اس کے درمیان جو کچھ ہے اس کو قبول فرما لیتے ہیں اور اس کو بخش دیتے ہیں۔ کثرتِ استغفار سے جہاں گناہوں کی معافی ہے وہاں دنیا کے مسائل کا بھی حل ہے۔ ابنِ عباسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص استغفار میں لگا رہے، اللہ جل شانہ اس کے لیے ہر دشواری سے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں۔ ہر فکر کو اس سے ہٹا کر کشادگی فرما دیتے ہیں اور اس کو ایسی جگہ سے رزق عطا فرماتے ہیں جہاں سے اس کا گمان اور دھیان بھی نہیں ہوتا اور اس کا تصور بھی نہیں ہوتا۔ پھر سنیں فرمایا کہ جو شخص استغفار میں لگا رہے گا اللہ جل شانہ اسکے لیے ہر دشواری سے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں اور ہر فکر کو ہٹا کر اللہ جل شانہ اس کے لیے کشادگی فرمائیں گے۔ اس کے لیے راہیں کھول دیں گے۔ جو استغفار کرتا ہے، ندامت کرتا، اللہ جل شانہ اس کو ایسی جگہ سے رزق عطا فرماتے ہیں جہاں سے اس کا دھیان بھی نہیں ہوتا اور اس کا گمان بھی نہیں ہوتا۔ سوچیں تو سہی ہمیں کتنا استغفار کرنا چاہیے۔ حضرت حسن بصریؒ بہت بڑے تابعی تھے۔ ولیوں کے ولی تھے۔ وقت کے قطب، ابدال تھے۔ اللہ کے نیک بندے تھے۔ حضرت اُمِ سلمیٰ اُمّ المومنین کا دودھ پیا تھا اور سرورِ کونین ﷺ کا دور پایا اور چھوٹے ہونے کی وجہ سے حضور ﷺ کی زیارت نہیں کی تھی۔ اس لیے تابعی تھے۔ کسی نے قحط سالی اور بارش نہ ہونے کی شکایت کی، فرمایا استغفار کرو۔ ایک دوسرا بندہ آیا اس نے تنگ دستی کی شکایت کی کہ پیسے نہیں، کاروبار برباد، ہر چیز ختم۔ فرمایا استغفار کرو، تیسرا آدمی آیا کہنے لگا میری اولاد ہی نہیں ہے کہ اللہ نے نعمتیں دی ہیں مگر اولاد ہی نہیں ہے میں چاہتا ہوں کہ میرا کوئی وارث ہو تو فرمایا استغفار کرو۔ چوتھا آدمی آیا اُس نے کہا میری زمین کی پیداوار میں کمی ہے فصل صحیح نہیں ہوتی۔ آپؒ نے فرمایا استغفار کرو۔ آپؒ کے ساتھ آپؒ کے مریدین بیٹھے تھے۔ انہوں نے کہا شیخ آج ہم نے دیکھا کہ آپؒ کے پاس چار آدمی آئے اور آپؒ نے ہر کسی کو استغفار کے لیے فرمایا تو آپؒ نے قرآن کی وہ آیت پڑھی جس کا ترجمہ یہ ہے کہ ''وہ تم پر بارش بھیجے گا۔ تمہارے مال، اولاد میں ترقی دیگا۔ تمہارے لیے باغ بنائے گا اور تمہارے لیے نہریں جاری فرمائے گا۔'' وہ چار چیزیں جن کو فرمایا اس آیت میں ان چیزوں کا وعدہ ہے۔ اس لیے کہتے ہیں جس کے بیٹا نہیں وہ استغفار کثرت سے کرے۔ جس کی اولاد نافرمان ہے۔ وہ استغفار کثرت سے کرے کہ الٰہی میرے گناہوں کے اثرات میری اولاد پر ہیں۔ فرمایا جو عورت حاملہ ہو وہ اللہ سے استغفار اور توبہ کرتی رہے، اللہ جل شانہ صالح بیٹا عطا فرمائیں گے، صالح اولاد عطا فرمائیں گے۔ رزق کی پریشانی، مالی پریشانی، معاشی پریشانی، مشکلات میں گھرا ہوا ہو، مسائل میں گھرا ہوا ہو، استغفار کرے، ندامت کرے، گناہوں سے بچے۔ جو ہو چکا اس پر معافی مانگے اور آئندہ سے احتیاط کرے۔ اس پر اللہ جل شانہ اس کے ساتھ کرم، عافیت اور فضل کا معاملہ فرمائیں گے یہ **''رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَاَنْتَ خَيْرُ الرّٰحِمِيْنَ o''** (سورہ المومنون آیت نمبر 118) یہ استغفار ہے۔ **''اَللّٰهُمَّ غْفِرْلِیْ''** یہ استغفار ہے۔ **''نَسْتَغْفِرُكَ وَنَتُوْبُ اِلَيْكَ''** یہ استغفار ہے۔ **''اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ الَّذِیْ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَالْحَیُّ الْقَيُّوْمُ وَاَتُوْبُ اِلَيْهِ''** یہ استغفار ہے۔ میرے دوستو آج ضرورت ہے اس چیز کی۔ ہمارے گناہوں کی وجہ سے ہمارا رب ناراض ہے۔ رب بہت ناراض ہے۔ اس کی ناراضگی کی علامات یہی ہیں۔ آج پوری دنیا میں، پورے عالم میں ہنگامے ہیں۔ گھر گھر میں ہنگامے ہیں۔ کاروبار میں ہنگامے، بے چینی، بے قراری اور بے سکونی کا ایک نظام ہے۔ کچھ ہے تو پریشان اور نہیں ہے تو پریشان۔ کچھ ملا تو پریشان اور چھن گیا تو پریشان۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ آج ندامت کی کمی ہے۔ استغفار کی کمی ہے۔ جب بندے کے مزاج میں گڑگڑانا آتا ہے۔ جب بندے کے مزاج میں ندامت آتی ہے تو اس پر اللہ کو بڑا ترس آتا ہے اور میرے رب کو اُس پر بڑا رحم آتا ہے۔ میں نے آپ کو مثال دی ہے کہ گھر کا کوئی بڑا یا بادشاہ یا والد یا کوئی سردار یا استاد اگر وہ ناراض ہو تو اس کو آپ لاکھ ہدیئے دو لیکن ایک سب سے بڑا ہدیہ ہے کہ معافی مانگ لیں اور معافی بھی ایسی کہ آئندہ نہیں کرونگا ایسی معافی۔ جب یہ معافی ہو تو پھر ایک ٹافی دیدو تو وہ بہت بڑی سونے کی ڈلی سے زیادہ قیمتی ہوگی۔ اگر معافی نہیں مانگی اور سونے کی ڈلی دو اس کی قیمت ٹافی سے زیادہ نہیں بڑھے گی۔

بہترین فائدہ

اللہ جل شانہ نے آج موقع دیا ہے۔ استغفار کا ایک اور بہترین فائدہ یہ ہے کہ بالفرض اگر کسی کی زندگی کے دن گنے جا چکے ہیں اور اس کی ساری زندگی مشکلات میں، تنگدستی میں، پریشانی میں، مسائل میں، مصائب میں گزری۔ اب اگر اس نے استغفار کا سلسلہ شروع کر دیا اور گناہوں سے احتیاط کی اور جو ہو چکے اس پر استغفار کیا۔ تو اس کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہوگا کہ دنیا کی زندگی تو جیسے تیسے گزر گئی، اللہ اس کو آخرت کی بربادی سے بچالیں گے اور یاد رکھیں مومن کے لیے سب سے پہلے آخرت ہے پھر بعد میں دنیا ہے اور اگر یہ آخرت کی بربادی سے بچ گیا تو یقین جانیے اس سے بڑا کامیاب ہی کوئی نہیں۔ تو آج سے میرے دوستو اپنے اندر کی ندامت، اللہ جل شانہ سے گڑگڑانا اور استغفار کرنا اس کو اپنے ذمے لے لیں۔ جب ہمارے بڑے بیعت کرتے ہیں تو صبح و شام کی تین تسبیحات بتاتے ہیں ایک درود شریف کی تسبیح (سرورِ کونین ﷺ کے احسانات کو سامنے رکھتے ہوئے) ایک تیسرے کلمے کی تسبیح (اللہ جل شانہ کی عظمت کو سامنے رکھتے ہوئے) اور ایک استغفار کی تسبیح (اپنے گناہوں پر ندامت کرتے ہوئے) اور یہ کم از کم تسبیحات ہیں۔ (جاری ہے)

اسمِ اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل اور جمعرات کو بعد نمازِ مغرب ''مرکزِ روحانیت و امن'' میں حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

کھجور ٹانک، دوا اور غذا

چوہدری نور احمد نوز

بہتر اور صاف ستھری کھجور تناول کرنی چاہیے۔ کمزور دل کیلئے کھجور کا پانی بڑا مؤثر علاج ہے۔ رات بھر پانی میں بھگوئی ہوئی کھجوریں اگلی صبح گٹھلیاں نکال کر اس پانی میں کچل کر ہفتہ میں کم از کم دو دفعہ استعمال کرنا دل کو بہت تقویت دیتا ہے۔

کھجور کے طبی فوائد:۔

کھجور کے بہت سے طبی فائدے ہیں یہ انتہائی اعلیٰ غذائی اجزاء رکھنے والا پھل ہے' اس نعمت عظمیٰ کے فائدے زیرتحریر لائے جاتے ہیں۔

الف: گلوکوز اور فرکٹوز کی صورت میں قدرتی شکر مہیا کرتی ہے۔ یہ شکر جسم میں فوراً جذب ہو جاتی ہے۔ گنے کی شکر سے زیادہ مفید ہے۔

ب: کھجور کے درخت سے ایک میٹھا جوس حاصل کیا جاتا ہے جو بہت زیادہ خوردنی اہمیت کا حامل ہوتا ہے۔

ج: اس کی گٹھلی کو بھون کر سفوف بنا لیتے ہیں۔ اس سفوف سے کافی جیسا مشروب تیار کیا جاتا ہے۔ اس کا نام ڈیٹ کافی ہے۔

د: کھجور میں پائے جانے والے طبی اجزاء انتڑیوں کے مسائل کا عمدہ حل ہیں۔ روسی ماہرین کا کہنا ہے کہ کھجور کا آزادانہ استعمال پیٹ اور انتڑیوں کے کیڑوں کو پیدا ہونے سے روکتا ہے اور ساتھ انتڑیوں میں مفید بیکٹریا کے اجتماعات بنانے میں مدد دیتا ہے۔

ہ: کمزور دل کیلئے کھجور کا پانی بڑا مؤثر علاج ہے۔ رات بھر پانی میں بھگوئی ہوئی کھجوریں اگلی صبح گٹھلیاں نکال کر اس پانی میں کچل کر ہفتہ میں کم از کم دو دفعہ استعمال کرنا دل کو بہت تقویت دیتا ہے۔

و: بچوں کے دانت نکلنے کے دنوں میں ایک کھجور اگر بچے کے ہاتھ کے ساتھ باندھ دی جائے اور اسے چوسنے دی جائے تو مسوڑھے سخت ہو جاتے ہیں اور دانت آسانی سے نکل آتے ہیں۔

ز: کھجور اور شہد کا معجون دانت نکلنے کے دنوں میں بچوں کو دیا جائے تو اسہال اور پیچش سے تحفظ ملتا ہے۔ اسے دن میں تین بار چٹانا چاہیے۔

ح: کھجور ایک ملین غذا ہے اس کا استعمال قبض کا مؤثر تدارک ہے۔

ط: مؤثر جلاب کی تاثیر حاصل کرنے کیلئے مٹھی بھر کھجوریں رات کو پانی میں بھگو دی جائیں۔ اگلی صبح ان کو اچھی طرح ملا کر شربت بنا لیا جاتا ہے۔ یہ شربت پینے سے اجابت جلاب کی مانند ہوتی ہے۔

کھجور کے اجزائے مرکب:۔

کھجور کے ایک سو گرام خوردنی حصے میں 15.3 فیصد پانی' 2.5 فیصد پروٹین' 0.4 فیصد چکنائی' 2.1 فیصد معدنی اجزاء' 3.9 فیصد ریشے اور 75.8 فیصد کاربوہائیڈریٹس پائے جاتے ہیں۔ اس کے معدنی اور حیاتینی اجزاء میں کیلشیم 120 ملی گرام' فاسفورس 50 ملی گرام' آئرن 7.3 ملی گرام' وٹامن سی 3 ملی گرام اور کچھ مقدار میں وٹامن بی کمپلیکس ہوتے ہیں اس کی غذائی صلاحیت ایک سو گرام میں 315 کیلوریز ہے

کھانے کی احتیاط:۔

بہتر اور صاف ستھری کھجور تناول کرنی چاہیے۔ اس کی لیسدار سطح پر مٹی اور دیگر آلودگیاں چمٹ جاتی ہیں اس لیے کھانے سے پہلے کھجور کو صاف پانی سے دھو لینا چاہیے۔ خریدتے وقت دیکھ لینا چاہیے کہ اس کی محفوظ پیکنگ ہوئی ہے۔ کئی بیچنے والے بغیر ڈھانپے' کھلے بندوں ریڑھیوں پر لگائے ہوتے ہیں جس سے کھجور آلودہ ہو جاتی ہے۔ بعض لوگ اسے دودھ کیساتھ بھی کھاتے ہیں جس سے زبردست غذائی افادیت پیدا ہوتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

گورنر کا احتساب

امیر المومنینؓ نے عیاض بن غنم کو موٹا لباس پہنایا اور حکم دیا کہ بیت المال کی بکریاں چرائیں، عیاض کو تسلیم کرنا پڑا۔

حضرت عمر فاروقؓ نے گورنروں اور دیگر اعلیٰ حکام کے محاسبے کیلئے ایک ادارہ قائم کیا اور محمد بن مسلمہ انصاری کو اس کا سربراہ مقرر کیا۔ اس دور میں گورنروں اور دیگر عہدیداروں کا احتساب آسان کام نہ تھا کیونکہ ان میں بلند پایہ صحابیؓ بھی تھے۔ لیکن حضرت محمد بن مسلمہ انصاریؓ نے اپنی ذمہ داری بڑی خوش اسلوبی اور بے خوفی سے نبھائی۔

ایک دفعہ حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اطلاع ملی کہ مصر کا گورنر عیاضؓ بن غنم باریک کپڑے پہنتا ہے۔ اور اس کے دروازے پر دربان مقرر ہے۔ جس کی وجہ سے عوام الناس اس تک پہنچ نہیں پاتے۔ چنانچہ انہوں نے حضرت محمد بن مسلمہؓ کو حکم دیا کہ وہ مصر جائیں اور عیاضؓ بن غنم جس حالت میں بھی ملے اسے ساتھ لے آئیں۔ حضرت محمد بن مسلمہؓ مصر گئے تو دیکھا کہ گورنر کے دروازے پر واقعتاً دربان کھڑا تھا اور گورنر نے باریک لباس پہن رکھا تھا۔

حضرت محمد بن مسلمہؓ نے عیاض بن غنم کو حضرت عمر کا پیغام پہنچایا اور ساتھ چلنے کو کہا۔ عیاض نے کپڑے بدلنے یا کم از کم قبا پہننے کی اجازت چاہی مگر وہ نہ مانے اور اسی حالت میں ساتھ لے آئے اور حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے سامنے پیش کر دیا۔ امیر المومنینؓ نے عیاضؓ بن غنم کو موٹا لباس پہنایا اور حکم دیا کہ بیت المال کی بکریاں چرائیں۔ عیاض کو حکم تسلیم کرنا پڑا مگر بار بار کہتے۔ ''اس سے تو مر جانا بہتر ہے۔'' حضرت عمرؓ نے فرمایا اس میں رسوائی کی کون سی بات ہے؟ تمہارا باپ بھی تو بکریاں چرایا کرتا تھا اسی لئے اسے غنم کہتے تھے۔

(تریاق بلڈ شوگر)

مغز بادام شیریں 250 گرام، سنا مکی 120 گرام، الائچی خورد 60 گرام، تمام اجزاء کو کوٹ پیس کر یک جان کر کے محفوظ کر لیں۔ 2 تا 3 ماشہ صبح و شام ہمراہ پانی دیں۔ ان شاء اللہ ایک ہفتہ میں مریض صحت یاب ہو گا۔ ☆ سنا مکی اگر سعودیہ سے منگوائیں تو نتائج سو فیصد ہیں۔ ورنہ پاکستان کے ہر پنسار سٹور سے مل جاتی ہے۔ (مرسلہ: اللہ دتہ چشتی نظامی۔ خانیوال)

بیوٹی پارلرز خطرناک ہیں

ام کلثوم

دستانوں سے ہاتھوں کی اتنی حفاظت نہیں ہوتی جتنی کہ لوگ عام طور سے سمجھتے ہیں۔ بالوں کو رنگنے اور سنوارنے کیلئے جو رنگ اور کیمیکل آج کل استعمال ہو رہے ہیں۔ وہ کئی طرح کے دستانوں سے گزر کر ہاتھوں میں سرائیت کر جاتے ہیں۔

جیسے جیسے خواتین میں افزائش حسن کا شوق بڑھتا جارہا ہے' تجارتی بنیادوں پر سنگھار مراکز یعنی بیوٹی پارلرز کا کاروبار بھی ترقی کر رہا ہے۔ آئے دن نئے نئے بیوٹی پارلر کھل رہے ہیں اور خواتین ومرد کی ایک بڑی تعداد اس پیشے سے وابستہ ہو رہی ہے۔لیکن حال ہی میں برطانیہ میں امراض جلد کے دو ماہرین ڈاکٹر بروس پولاک اور ڈاکٹر مارک ولکنسن نے اپنی ایک رپورٹ میں یہ بات بتائی ہے کہ نرسوں اور بیکری میں کام کرنے والوں کی طرح بیوٹی پارلرز میں کام کرنے والوں اور آرائش گیسو کے پیشے سے تعلق رکھنے والوں کیلئے بھی یہ خطرہ رہتا ہے کہ وہ ورم جلد یا التہاب ادمہ میں مبتلا ہو جائیں۔ یہ شکایت ہاتھ کے علاوہ ہر ایسے حصہ جسم میں ہوتی ہے جہاں کام کے دوران استعمال ہونے والا کیمیائی مرکب لگ گیا ہو۔

ایک جائزے کے مطابق بال بنانے اور سنوارنے کا کام کرنے والوں میں سے ایک تہائی ایسے ہوتے ہیں جنہیں اس کام میں استعمال ہونے والے جدید رنگوں اور کیمیائی مرکبات سے الرجی ہوتی ہے اور ہر سال اس پیشے سے تعلق رکھنے والے ایک ہزار لوگوں میں سے تقریباً ڈیڑھ سو ورم جلد میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ البتہ جن لوگوں پر یہ کیمیکل استعمال کیے جاتے ہیں ان پر شاذ و نادر ہی ان کا اثر ہوتا ہے۔ وجہ یہ ہے کہ انہیں لگانے سے پہلے اتنا ہلکا اور پتلا کر لیا جاتا ہے کہ ان کی شدت بہت کم ہو جاتی ہے۔ دوسری بات یہ کہ انہیں لگانے کے بعد جلد ہی دھو دیا جاتا ہے۔

دوسری طرف بیوٹی پارلرز میں کام کرنے والوں کے ہاتھ دن میں اپنے کام کے دوران کافی دیر دیر تک گیلے رہتے ہیں اور رقیق ہونے سے پہلے اکثر کیمیکل ان کی جلد پر لگ جاتے ہیں۔ خیال یہ ہے کہ زیادہ مسئلہ شیمپو پیدا کرتے ہیں۔

زلف سنوارنے اور تراشنے والوں کے ہاتھوں میں ورم جلد کے بظاہر دو اسباب ہیں: اکثر تو بالوں کے چھونے سے ان کے ہاتھوں میں سوزش پیدا جاتی ہے اور اکثر کیمیائی مرکبات کے جلد پر لگ جانے سے الرجی پیدا ہو جاتی ہے۔ خواہ یہ کیمیکل بالوں کے دھونے کیلئے استعمال ہوں یا بالوں کو نئے انداز سے سنوارنے اور جمانے کیلئے یا پھر سفید ہونے والے بالوں کو رنگنے کیلئے۔

بیوٹی پارلرز میں کام کرنا ان لوگوں کیلئے نہایت نامناسب ہے۔ جو بچپن میں چنبل یا دوسری کسی الرجی کے مریض رہے ہیں۔ کیوں کہ اگر کسی ایسے شخص کو بیوٹی پارلرز میں اپنے کام کے دوران ورم جلد ہو جائے تو اس مرض سے نجات ملنے کے امکانات بہت کم ہو جاتے ہیں۔ البتہ جن لوگوں کو خفیف نوعیت کا ورم جلد ہوتا ہے وہ اگر اپنے ہاتھوں کو شیمپو میں لتھڑا رکھنے اور کیمیائی مرکبات سے بچا کر رکھیں تو وہ اس الرجی سے چھٹکارا پا سکتے ہیں۔ اس پیشے سے تعلق رکھنے والوں کے ہاتھ کی جلد اکثر سخت اور کھردری ہو جاتی ہے اور اسے دھونا مشکل ہو جاتا ہے۔

طویل عرصے سے زیادہ دنیا بھر میں خواتین بالوں کو رنگنے کیلئے حنا یا مہندی استعمال کرتی رہی ہیں۔ حنا نسبتاً کم نقصان دہ ہے اور اس سے ورم جلد یا الرجی کا خطرہ بے حد کم ہوتا ہے۔ البتہ جدید کیمیکل جو بالوں کو رنگنے کیلئے استعمال ہوتے ہیں' حنا سے بے حد مختلف ہیں۔ ان سے نہ صرف ورم جلد کا امکان بہت بڑھ جاتا ہے بلکہ بعض اوقات دیگر نوعیت کے جسمانی ردعمل کا امکان بھی پیدا ہو جاتا ہے۔ مثلاً ایک ماہر معالج نے اک ایسے زلف تراش کا ذکر بھی کیا جس پر نقاہت اور متلی کے شدید حملے ہوتے تھے۔ جن کے بعد وہ بے ہوش ہو جاتا اور اس کا چہرہ نیلا اور متورم ہو جاتا تھا۔ رات بھر آرام کرنے کے بعد وہ عارضی طور پر ٹھیک ہو جاتا تھا۔ لیکن جب اس نے یہ پیشہ ترک کر دیا تو اس کے تین ماہ بعد وہ مکمل طور پر صحت یاب ہو گیا۔ بدقسمتی سے دستانوں سے ہاتھوں کی اتنی حفاظت نہیں ہوتی جتنی کہ لوگ عام طور سے سمجھتے ہیں۔ بالوں کو رنگنے اور سنوارنے کیلئے جو رنگ اور کیمیکل آج کل استعمال ہو رہے ہیں۔ وہ کئی طرح کے دستانوں سے گزر کر ہاتھوں میں سرائیت کر جاتے ہیں۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ خود دستانوں میں پائے جانے والے کیمیکل بھی انہیں پہننے والے کیلئے الرجی کا باعث بن سکتے ہیں۔

جو والدین ہر وقت فکر مند رہتے ہیں کہ کہیں ان کے بچے کو کوئی بیماری نہ لگ جائے یا کوئی انفیکشن ان پر اثر نہ کر جائے وہ بچے کے ساتھ بھلائی نہیں کر رہے' کیوں کہ وہ بچے جنہیں ہمہ وقت انفیکشن سے محفوظ رکھنے کی کوششیں کی جاتی ہیں' الرجی کی زد میں زیادہ رہتے ہیں۔ کچھ ماہرین کا پہلے سے خیال تھا کہ بہت زیادہ صفائی بھی بچے کیلئے نقصان دہ ہو سکتی ہے اور اس جدید تحقیق سے اس خیال کو تقویت ملتی ہے۔ ان تحقیق کاروں کی رائے ہے کہ جن بچوں کو اپنی زندگی کے پہلے چھ ماہ میں انفیکشن سے خاصا واسطہ پڑتا ہے انہیں بڑے ہو کر الرجک' چنبل میں مبتلا ہونے کا خطرہ بہت کم ہو جاتا ہے۔

برطانیہ میں دمے کا مرض بچوں میں بہت بڑھ گیا ہے۔ لہٰذا دس گیارہ سال قبل ماہرین نے اس کی وجوہ معلوم کرنے کی ٹھانی۔ اپنی تحقیق کے دوران انہیں یہ شبہ بھی ہوا کہ دور جدید کے والدین حفظ صحت کے اصولوں پر جب زیادہ ہی کاربند ہونے کی کوشش کرتے ہیں تو بات بگڑنے لگتی ہے۔ ان ماہرین کا خیال ہے کہ عمر کے شروع میں بچے کو جن انفیکشن سے واسطہ پڑتا ہے وہ اس کے جسم کے مدافعتی نظام کو جراثیم سے مقابلے کی تعلیم دیتے ہیں۔ تحقیق کے دوران ان سائنس دانوں کو اندازہ ہوا کہ جن بچوں کو انفیکشن سے بہت زیادہ بچانے کی کوشش کی گئی تھی ان کیلئے آگے چل کر چنبل (Eczema) کا امکان نسبتاً ساٹھ فیصد سے بھی زیادہ بڑھ گیا تھا۔ تاہم چنبل کے انفیکشن کا اتنا زیادہ امکان صرف ان بچوں کیلئے پایا گیا جن میں تغیر پذیر جین موجود تھا۔ جن بچوں میں یہ جینز نہیں تھے یعنی ان کے جینز معمول کے مطابق تھے انہیں انفیکشن سے واسطہ پڑنے یا نہ پڑنے سے کوئی خاص فرق نہیں پڑا۔

جن پروفیسر صاحب نے ان تحقیق کاروں کی قیادت کی انہوں نے لندن کے اخبار ٹیلی گراف کو بتایا کہ ایسے شواہد میں اضافہ ہو رہا ہے کہ حفظان صحت کے (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

لڑکے، لڑکیوں اور والدین کے لیے

جنسی جذبات مردہ ہونے سے بچائیں

روپے پیسے والے مالدار لوگ صرف ذہنی کیفیت کو سامنے رکھ کر سپیشلسٹوں کے چکر میں الجھ جاتے ہیں اور غریب طبقہ تعویذ گنڈوں اور ڈبہ پیروں کے بچھائے ہوئے جال میں پھنس کر اپنی جمع پونجی سے ہاتھ دھو بیٹھتا ہے۔ (ضیاء الرحمٰن)

لڑکوں کی نسبت لڑکیوں کی جنسی جبلت زیادہ نازک اور خطرناک صورت اس حوالے سے اختیار کر لیتی ہے کہ کوئی لڑکا جب کسی جنسی مرض کا شکار ہوتا ہے تو وہ چوری چھپے اپنے لیے کسی حکیم یا ڈاکٹر سے اپنے لیے دوا حاصل کر لیتا ہے اور تلاش بسیار کے بعد بالآخر اچھے اور مخلص معالج تک پہنچ کر اپنا علاج کروانے میں کامیاب ہو جاتا ہے۔ لیکن..... لڑکی اپنے خاندانی' روایتی معاشرتی ماحول کی وجہ سے اس مرض کا اظہار نہیں کر پاتی۔ وہ چوری چھپے کسی معالج کے پاس نہیں جا سکتی یہاں تک کہ اپنی ماں اور بہن یا بھابھی تک سے بھی بات کرنے میں حجاب محسوس کرتی ہے۔ بعض اوقات دیکھنے میں آیا ہے کہ اکثر شادی شدہ خواتین اپنے خاوندوں تک سے اپنا مرض پوشیدہ رکھنا ضروری خیال کرتی ہیں۔ اس غیر ضروری شرم و حجاب' والدین کی تنگ نظری' اور شوہروں کی کم فہمی اور لاعلمی عورت میں ڈپریشن کا عنصر پیدا کر دیتی ہے اور بعض اوقات نوبت یہاں تک پہنچ جاتی ہے کہ وہ ہر بات کا مطلب الٹ سمجھنے اور لڑنے جھگڑنے لگتی ہے۔ غصے کے عالم میں اپنے کپڑے پھاڑ دینا' گھر والوں کے ساتھ بدسلوکی یا بچوں پر بلاوجہ انتہائی تشدد اس کا وطیرہ بن جاتا ہے۔ اہل خانہ اس کی اس حالت سے ہر وقت ہراساں اور خوف زدہ رہنے لگتے ہیں۔ وہ اس سے بات چیت کرنے اور سامنا کرنے سے بھی گھبرانے لگتے ہیں۔ اور مریضہ مزید تنہا رہ جاتی ہے اور اس کا مرض پاگل پن کی حدود میں داخل ہو جاتا ہے۔

پاکستان میں خصوصاً ہر پانچویں عورت اس مرض کی کسی نہ کسی قسم میں مبتلا ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ بعض کی علامات کسی اور نوعیت کی ہوتی ہیں۔ اس مرض میں سب سے بڑا خطرہ یہ ہے کہ عورت کو علم ہی نہیں ہوتا کہ اس کے اندر یہ مرض موجود ہے اس مرض کا اثر ذہن اور مزاجی کیفیت پر ہوتا ہے۔ روپے پیسے والے مالدار لوگ صرف ذہنی کیفیت کو سامنے رکھ کر سپیشلسٹوں کے چکر میں الجھ جاتے ہیں اور غریب طبقہ تعویذ گنڈوں اور ڈبہ پیروں کے بچھائے ہوئے جال میں پھنس کر اپنی جمع پونجی سے ہاتھ دھو بیٹھتا ہے اور بعض اوقات تو عزت و ناموس کو بھی خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ اس طرح یہ زنانہ مرض ایک معاشرتی قباحت بن کر رہ گیا ہے۔

مرض عورت کی اندرونی مشینری جسے رحم کہتے ہیں، میں ہوتا ہے۔ ابتداء میں شادی سے قبل یا بعد میں ہلکا سا بگاڑ ہوتا ہے۔ جسے عورت محسوس نہیں کرتی اور اگر محسوس کرے بھی تو خواتین میں موجود قدرتی طور پر قوت مدافعت کی زیادتی کے سبب پرواہ نہیں کرتیں اور اس کے علاج کی طرف دھیان نہیں دیتیں۔ اس لیے وقت کے ساتھ ساتھ یہ بگڑ کر ایسی صورت اختیار کر لیتا ہے جس کی علامات کا تعلق براہ راست ذہن سے ہوتا ہے۔ جس کی ابتداء افسردگی' پژمردگی اور یاڈپریشن سے ہوتی ہے۔ مریضہ کی شگفتگی ختم ہو جاتی ہے۔ وہ ہر چیز، ہر بات اور ہر صورت حال کا تاریک پہلو دیکھتی ہے۔ آہیں بھرتی اور ذرا سی بے مزگی ہو جائے تو وہ غصے میں آ جاتی ہے۔ جذبات میں ذرا سی بھی اکساہٹ پیدا ہو جائے تو وہ رونے لگتی ہے۔ زندگی سے مایوس ہو جاتی ہے اور اس میں پاگل پن کا رجحان پرورش پانے لگتا ہے۔ اس کے دل سے شوہر' بچوں یا والدین اور بہن بھائیوں سے پیار اور محبت کا عنصر غائب ہو جاتا ہے۔ جنسی جذبات مردہ ہو جاتے ہیں اور مزاج مسلسل یاڈپریشن کی گرفت میں رہ کر چڑچڑا ہو جاتا ہے۔ جواباً ہمارا معاشرہ لڑکی میں موجود مرض پر توجہ دینے اور اس کا علاج کروانے کے بجائے بچی پر شک کرنے لگتا ہے اور الٹے رخ پر اس طرح کی آرا کا اظہار شروع ہو جاتا ہے کہ ''یہ کسی کو دل دے بیٹھی ہے یا اب یہ چاہتی ہے کہ میری شادی کر دی جائے''۔ اور بعض نادان مائیں تو باقاعدہ اپنی لڑکیوں کو طعنے بازی کا شکار بنا کر کہنا شروع کر دیتی ہیں کہ ''اب یہ کھسم مانگتی ہے''۔ جو انتہائی نامعقول اور غلط رویہ ہے۔ ایسی جملہ بازی سے بہتر ہے کہ اپنی بیٹی پر شک کرنے کی بجائے ہمدردانہ رویہ اختیار کر کے مرض تک پہنچنے کی کوشش کی جائے تاکہ معصوم اور بھولی بھالی بچی کو اس اذیت سے نجات دلائی جا سکے۔ شادی شدہ لڑکیوں کے سسرالی رشتہ دار اپنی بہو کے مزاج کی ان ناخوشگواریوں کو پسند نہیں کرتے۔ طرح طرح کی خاردار باتوں اور طعنوں سے جلتی پر تیل ڈالتے رہتے ہیں۔ خاوند کو شک پڑ جاتا ہے کہ بیوی کا دھیان اس سے ہٹ کر کہیں اور چلا گیا ہے۔ اگر عورت کے بچے ہیں تو روز روز کے جھگڑوں سے ان پر بہت ہی برا اثر پڑتا ہے۔ سسرال والے بہو کے میکے والوں تک شکایات پہنچاتے ہیں کہ ان کی بیٹی منہ پھٹ اور بدتمیز ہو گئی ہے۔ اکثر میکے والے اینٹ کا جواب پتھر سے دیتے ہیں۔ جواباً مریضہ فرضی بدمزگیوں کی شکایت کرتی ہے اور بات بگڑتی چلی جاتی ہے۔ خود مریضہ کو بھی علم نہیں ہوتا کہ اس کے اندر تولیدی مشینری میں ایک نقص پیدا ہو گیا ہے جو اس کے ذہن پر اثر انداز ہو رہا ہے اور یہ کہنا کوئی مبالغہ آمیزی والی بات نہیں ہوگی کہ کئی گھرانوں میں اس مرض سے لاعلمی اور کم فہمی کی بدولت نوبت طلاق تک پہنچ جاتی ہے اور بعض واقعات میں خودکشی تک بھی نوبت پہنچ جاتی ہے۔

اب آیئے اصلاح مرض کی طرف۔ میری اس گزارش کے ایک ایک نقطہ پر توجہ دیجئے کہ اگر آپ کی بیٹی بہو' بہن' بیوی یا ماں کسی کے بھی مزاج میں بلاوجہ تبدیلی آ جائے اور وہ غصہ، چڑ چڑے پن اور اداسی کا شکار رہنے لگے یا پھر کسی بھی وجہ کے بغیر اس کے آنسو نکل آئیں یا معمولی معمولی باتوں پر رونا شروع کر دے تو اس کی اس تبدیلی کو نظر انداز نہ کریں۔ غور سے اسے دیکھتے رہیں۔ اگر اس کے چہرے پر خوشی و مسرت کے ساتھ ساتھ اداسی بھی بار بار حملہ آور ہوتی نظر آئے تو گھر کی خواتین سے کہیں کہ اس کی حرکات و سکنات کا جائزہ لیں اور گاہے بگاہے باتوں کے دوران اس سے یہ پوچھنے کی کوشش کریں کہ وہ اپنے اندر کوئی گڑبڑ تو محسوس نہیں کرتی۔ خیال رہے کہ کچھ عورتیں طبعاً غصیلی ہوتی ہے اور وہ اپنی اس عادت پر قابو پانے کی صلاحیت ہی نہیں رکھتیں لیکن وہ خواتین جو طبعاً تو شگفتہ مزاج ہوں اگر ایسے دوروں کا شکار رہنے لگیں تو ایسے کیس انتہائی اور پہلی توجہ کے متقاضی ہوتے ہیں۔ کیونکہ خوش مزاج اور شگفتہ رہنے والی خواتین کا کسی ظاہری وجہ کے بغیر اداس یا غصیلا ہو جانا رحم کی کسی خرابی کی طرف

واضح اشارہ ہوتا ہے۔

رحم کی خرابیوں کے چند ایک اسباب ہوتے ہیں جن میں غیر ضروری شرم و حجاب پہلے نمبر پر آتا ہے اور بے احتیاطی دوسرے نمبر پر۔ دراصل یہی وہ دو اہم خرابیاں ہیں جنہیں اتائیوں اور اشتہاری حکیموں نے ''پوشیدہ امراض'' کا نام دے کر مزید پراسرار بناڈالا ہے۔ اس سے عام طور پر یہ خیال مزید جڑ پکڑ لیتا ہے کہ عورت کے امراض ایک بھید اور ایسا شرمناک راز ہے جسے زبان پر لایا نہیں جاسکتا اور بقول بعضے ایسے شرمناک راز کے بارے میں زبان نہ کھولنے کے سبب ہماری خواتین مختلف امراض کا شکار ہوکر چڑچڑی' بدمزاج اور عصیلی ہوکر پاگل پن کی حدود تک پہنچ جاتی ہیں اور جو پاگل نہیں ہوتیں وہ دراصل اندر ہی اندر اذیتیں سہہ رہی ہوتی ہیں۔ لیکن نام نہاد اتائیوں کے پھیلائے زہریلے لفظ ''پوشیدہ امراض'' کی وجہ سے اپنی تکلیف زبان پر نہیں لاتیں۔ میں ایک معالج کی حیثیت سے لڑکی کے والدین اور سسرالیوں سے درخواست کروں گا کہ آپ لوگ حقائق سے چشم پوشی کرکے اپنے گھر کا سکون تباہ نہ کیجئے اگر آپ میں حقیقت پسندی کو قبول کرکے اپنی خاتون سے بات کرنے کی جرأت نہیں تو یہ مضمون اسے پڑھنے کیلئے دیجئے تاکہ وہ ان سے روشنی حاصل کرکے اپنی والدہ' بہن' یا سہیلی سے اپنے مرض کے بارے میں کھل کر بات کرسکے اور افسردگی' یاڈپریشن' اداسی' چڑچڑے پن اور عصیلی طبیعت پر قابو پاسکے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

شوال میں عبادت کی راتیں سعادت کے دن

شوال میں چھ دن روزے رکھنے کا بہت ثواب ہے۔ جس مسلمان نے رمضان المبارک اور شوال کے چھ دن کے روزے رکھے تو اس نے گویا سارے سال کے روزے رکھے یعنی پورے سال کے روزوں کا ثواب ملتا ہے۔

حضرت ابوامامہؓ سے روایت ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا ہے۔ کہ جو عیدین کی راتوں میں شب بیداری کرکے قیام کرے اس کا دل نہیں مریگا۔ جس دن کہ سب لوگوں کے دل مردہ ہو جائیں گے۔ (ابن ماجہ)

چار رکعت نفل: حدیث شریف میں آیا ہے کہ جو کوئی اول رات شوال میں چار رکعت پڑھے اور ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ اخلاص اکیس بار پڑھے، پس اللہ تعالیٰ کھولے گا واسطے اس کے آٹھوں دروازے بہشت کے اور بند کریگا واسطے اس کے ساتوں دروازے دوزخ کے اور نہیں مرے گا وہ شخص جب تک اپنا مکان جنت میں نہ دیکھ لے گا۔ (فضائل الشہور)

نوافل برائے توبہ: شوال کی پہلی شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تین تین دفعہ، سورۂ فلق تین تین دفعہ، سورۂ الناس تین تین دفعہ پڑھے۔ بعد سلام کے کلمہ تمجید 70 مرتبہ پڑھ کر اپنے گناہوں سے توبہ کرے۔ اللہ پاک اس نماز کی برکت سے انشاء اللہ اس کے گناہ معاف فرما کر اس کی توبہ قبول فرمائے گا۔

آٹھ رکعت نوافل: حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جس شخص نے شوال میں رات کو یا دن کو آٹھ رکعتیں پڑھیں۔ ہر رکعت میں ایک بار سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص پندرہ بار اور نماز سے فارغ ہوکر ستر بار سبحان اللہ کہا اور ستر بار جناب رسول اللہ ﷺ پر درود پڑھا، اس کی قسم جس نے مجھے سچا دین دے کر بھیجا ہے جو شخص یہ نماز پڑھتا ہے اللہ اس کیلئے حکمت کے چشمے کھولتا ہے۔ اس کے دل میں اور اس کے ساتھ اس کی زبان چلاتا ہے اور اس کی دنیا کی بیماری اور اس کی دوا دکھا دیتا ہے۔ اس کی قسم جس نے مجھے سچا دین دیکر بھیجا جس نے یہ نماز جیسے میں نے بتائی پڑھی تو اللہ سبحانہ اس کو معاف کر دیتا ہے اور اگر شہید مرا تو بخشا ہوا اور جو بندہ اس نماز کو سفر میں پڑھتا ہے، اس پر آنا جانا آسان ہو جاتا ہے۔ اور اگر مقروض ہو تو اللہ تعالیٰ اس کا قرض ادا کرتا ہے اور اگر صاحب حاجت ہوتا ہے تو اس کی حاجت پوری کرتا ہے۔ اس کی قسم جس نے مجھے سچا دین دیکر بھیجا جو شخص یہ نماز پڑھتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس کو ہر حرف کے بدلے جنت میں ایک مخرفہ دیتا ہے۔ عرض کیا گیا، مخرفہ کیا ہے؟ حضور ﷺ نے فرمایا بہشت کے باغ ہیں۔ اگر اس کے ایک درخت کے نیچے سوار سیر کرے تو سو برس تک اسے عبور نہ کر سکے۔ درود شریف یہ پڑھنا ہے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَ بَارِکْ وَسَلِّمْ (غنیۃ الطالبین)

شوال کے روزے: شوال میں چھ دن روزے رکھنے کا بہت ثواب ہے۔ جس مسلمان نے رمضان المبارک اور چھ دن شوال کے روزے رکھے تو اس نے گویا سارے سال کے روزے رکھے یعنی پورے سال کے روزوں کا ثواب ملتا ہے۔ حضرت ابوایوب انصاریؓ سے روایت ہے کہ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس آدمی نے رمضان شریف کے روزے رکھے اور پھر ان کے ساتھ شوال کے چھ روزے ملائے تو اس نے گویا تمام عمر روزے رکھے۔ تمام عمر والا مسئلہ اس وقت ہے جبکہ وہ شوال کے چھ روزے تمام عمر رکھے اور اگر اس نے صرف ایک ہی سال یہ روزے رکھے تو سال کے روزوں کا ثواب ملے گا۔ یہ چھ روزے اکٹھے رکھے یا الگ الگ ہر طرح جائز ہیں۔

کان کے تمام امراض کیلئے

سرسوں کا تیل 50 گرام شیشے کی بوتل میں ڈال دیں۔ اس میں ایک نکی کانو رکی ڈال کر تین گھنٹے کے لیے دھوپ میں رکھ دیں۔ دوائی تیار ہے ان شاء اللہ کان کے تمام امراض میں فائدہ ہوگا۔

(مرسلہ: حسن محمود اعوان۔ احمد پور شرقیہ)

مسکین کی نسبت آپ ﷺ کا ارشاد تھا کہ کسی مسکین کو دروازے سے خالی نہ پھیرو۔ گو چھوہارے کا ایک ٹکڑا ہی کیوں نہ دو۔

فاقوں سے بھرپور زندگیاں

حضرت حسن بصریؒ فرماتے ہیں کہ مسلمان کی مثال بکری کے بچہ کی سی ہے جسے ایک مٹھی پرانی کھجور۔ ایک مٹھی ستو، اور ایک گھونٹ پانی کافی ہے۔ یہ نمونہ ہے اسلامی تعلیمات کا جس پر عمل کر کے مسلمان کامیاب و کامران ہوئے۔

☆ **پیٹ کے تین حصے اور جدید سائنس:۔**

حضور اقدس ﷺ کا ارشاد ہے کہ تہائی پیٹ کھانے کے لئے، تہائی پانی کیلئے تہائی سانس کیلئے۔ (مذاق العارفین)

ایک فلسفی کے سامنے جب یہ فرمان سنایا گیا تو کہنے لگا میں نے اس سے بہتر اور مضبوط بات آج تک نہیں سنی۔ یہ ہے میرے حضور ﷺ کا فرمان اور دوسری طرف جدید سائنس کی تمام کاوشیں اور کوششیں۔ حضور ﷺ کا فرمان صرف پیٹ کو تین حصے کرنے کے بعد ختم اور اس کے مطلوبہ فوائد فوری حاصل، جبکہ سائنس اب ریسرچ کر رہی ہے۔

☆ **کھڑے ہو کر کھانا:۔**

ڈاکٹر بلن کیور مشہور عام ڈاکٹر اور ماہر اغذیہ ہے۔ اس کی تحریک ہر وقت یہی ہے کہ کم سے کم غذا کھاؤ۔ اس کا کہنا ہے کہ کھڑے ہو کر غذا نہ کھاؤ ایسا کرنے سے تم دل اور تلی کے مرض میں پھنستے جاؤ گے۔ اس کا کہنا ہے کہ بیٹھ کر کھاؤ اور کم کھاؤ کیونکہ کھڑے ہو کر کھانا نفسیاتی امراض پیدا کرتا ہے اور ایک ایسی مرض پیدا ہوتی ہے جس میں آدمی کو اپنوں کی پہچان ختم ہو جاتی ہے۔ اسلام نے پہلے ہی اپنے پیروکاروں کو کھڑا ہو کر کھانے سے منع فرمایا ہے اور سائنس اب منع کر رہی ہے۔ فرق صاف ظاہر ہے۔

☆ **امام غزالیؒ کا قول اور سلمنگ سنٹر:۔**

امام غزالیؒ فرماتے ہیں کہ کم کھانے کی عادت آہستہ آہستہ پیدا کرنی چاہیے۔ جو شخص زیادہ کھانے کا عادی ہو وہ یک دم کم کرے گا تو اس سے تحمل نہ ہو گا۔ ضعف بھی ہو گا اور مشقت بھی بڑھ جائے گی (احیاء العلوم)۔ آج سے دس سال قبل یورپ میں موٹاپے کا علاج خاص کیمیکل سے شروع ہوا پھر یہ بات سامنے آئی کہ کیمیکل سے گردے (Kidneys) خراب اور متاثر ہوتے ہیں۔ ماہرین نے تجربات اور تحقیق کے بعد غذا پر کنٹرول کرایا۔ اس غذائی شیڈول پر قابو پانے کیلئے ایک شیڈول ترتیب دیا جس کا مرکزی نقطہ غذا ہے۔ جب تک غذائی احتیاط نہیں برتی جائے گی اس وقت تک موٹاپے کا علاج ممکن نہیں۔ میدہ، گھی اور میٹھا ان تین چیزوں سے پرہیز بتایا گیا اور غذا کم کھانے کی ہدایت کی گئی۔ غذائی شیڈول میں اہم ہدایت یہ کی گئی کہ غذا آہستہ آہستہ کم کریں۔ اگر فوری غذا کم ہوئی تو جسم بے قابو اور کمزور اور امراض کو قبول کرنے کیلئے مستعد ہو جائے گا۔ اس شیڈول میں ہر ہفتہ کے بعد وزن میں کمی دکھائی گئی ہے۔ (بحوالہ ''صحت و زندگی'' Health and Life)

☆ **حضرت حسن بصریؒ کا قول اور ماہرین نفسیات:۔**

حضرت بصریؒ فرماتے ہیں کہ مسلمان کی مثال بکری کے بچہ کی سی ہے جسے ایک مٹھی پرانی کھجور، ایک مٹھی ستو اور ایک گھونٹ پانی کافی ہے (بحوالہ فضائل صدقات)۔ یہ نمونہ ہے اسلامی تعلیمات کا جس پر عمل کر کے مسلمان کامیاب و کامران ہوئے۔ جبکہ جدید سائنس اور نفسیات اس کی ترویج کیلئے تبلیغی پروگرام بنا رہی ہے۔

☆ **عیسائی مشنری اور غذائی تبلیغ:۔**

عیسائی مشنری نے ڈاکٹروں کا انتخاب کر کے اس بات کی تبلیغ کو عام کیا ہے کہ کم کھاؤ، خود کھاؤ دوسروں کو کھلاؤ' احتیاط سے کھاؤ' جینے کیلئے کھاؤ' معیشت کا خیال رکھ کر کھاؤ' معاشرے کو جینے دو' معاشرتی آدمی بنو' خود صحت مند رہو اور دوسروں کی صحت کا خیال رکھو۔ (بحوالہ صحت و زندگی) یہ سب کچھ آج کے ڈاکٹر کہہ رہے ہیں۔ کیا یہی سب اسلامی تعلیمات کی تصدیق ہی نہیں کرتے؟ غور کریں شاید سمجھ آجائے۔

☆ **فاقہ اور جدید سائنس:۔**

فاقہ علاج ہے۔ اپنے مریضوں کا فاقے کے ذریعے علاج کرو۔ یہ الفاظ علمائے حدیث نے اکثر بیان کیے ہیں۔ صحابہ کرامؓ بھوکے ہوتے تھے۔ خود حضور اقدس ﷺ بھوکے رہے لیکن جہاں تک امراض کی زیادتی کا مسئلہ ہے اس سے صحابہ کرامؓ اور خود حضور ﷺ بہت کم (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اَلسی کی کرامات

السی کے پھولوں سے دل کو فرحت اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔ موسم سرما میں السی کو بادام پستہ گھی شکر کے ہمراہ ایک طاقت ور غذا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ (حکیم راحت نسیم سہروردی، لاہور)

السی معروف چیز ہے، جس کو تخم کتاں کہتے ہیں اور ہمارے ہاں موسم سرما میں مختلف طریقوں سے اس کا استعمال کیا جاتا ہے۔ السی کا پودا تقریباً تین فٹ بلند ہوتا ہے اس کی شاخیں اور پتیاں باریک ہوتی ہیں۔ پھول کا رنگ لاجوردی اور پھل جوزی شکل کے بیجوں سے بھرا ہوتا ہے۔ السی کے بیج چمک دار سرخ اور سیاہی مائل ہوتے ہیں۔ بعض زردی مائل بھی ہوتے ہیں اور کچھ سیاہ رنگ کے بھی دیکھے گئے ہیں۔ چبانے پر ذائقہ پھیکا اور لعاب دار ہوتا ہے، جس میں بدمزگی کا احساس پایا جاتا ہے۔ دنیا میں سب سے زیادہ السی مصر، پھر ہندوستان میں پیدا ہوتی ہے۔ روس ہالینڈ اور برطانیہ میں بھی بکثرت پیدا کی جاتی ہے۔ قدیم اطباء السی کو بطور دوا استعمال کرتے رہے ہیں اور کرتے ہیں۔ طب میں اس کا مزاج پتوں اور شاخوں کا سرد خشک بتایا جاتا ہے۔ بعض اطباء خشکی کے قائل نہیں ہیں۔ شہد السی کا مصلح ہے لہٰذا اگر شہد کے ساتھ استعمال کی جائے تو مفید ہے۔ میتھی کے بیج السی کا بدل ہیں۔ السی کی مقدار خوراک چھ گرام سے 20 گرام تک ہے۔

السی ہر قسم کے ورموں کو تحلیل کرتی ہے۔ طبیعت کو نرم کرتی ہے۔ بلغم کو پگھلا کر خارج کرتی ہے۔ گنٹھیا کے درد کو فائدہ دیتی ہے۔ پیشاب اور حیض جاری کرتی ہے۔ دمہ، بلغمی کھانسی اور سرد قسم کے نزلے میں السی کا استعمال بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ گردے کی پتھری میں بھی مفید نتائج سامنے آئے ہیں۔ السی کی چھال اور پتوں سے دماغ کی رکاوٹیں (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

مسرت انگیز ازدواجی زندگی کے چھ اصول

کبھی اپنے ازدواجی ماضی پر ہمدردی سے نگاہ ڈالیے۔ کیا آپ کو یاد ہے کہ آپ نے جیون ساتھی کے طور پر اس خاص فرد کا انتخاب کیوں کیا تھا؟ ان واقعات کو یاد کیجئے جن سے آپ دونوں ایک ساتھ گزرے ہیں۔ اپنے مستقبل پر بھی نگاہ دوڑایئے، ازدواجی زندگی میں سے ولولہ تلاش کیجئے۔

(ڈاکٹر عبدالجبار، لاہور)

''جلدی کرو جلدی'' لیزا کی آواز گونجی۔ ہسپتال میں میڈیکل ٹیم لیزا کے شوہر کو کمرے کی طرف لے جارہی تھی اور لیزا کی بے تابی بڑھتی جارہی تھی۔

کارل اور لیزا نے برس ہا برس اکٹھے گزارے تھے۔ وہ بچے پال چکے تھے' اپنے اپنے کیریئر میں خاصے آگے بڑھ چکے تھے۔ دونوں نے مل کر زندگی کے کئی مصائب کا مقابلہ کیا تھا لیکن ان کو کبھی گمان نہ ہوا تھا کہ ان کی مشترکہ زندگی کسی روز اچانک ختم ہوسکتی ہے۔ موت ان کو جدا کرسکتی ہے۔ دونوں میں سے کوئی ایک دوسرے کو چھوڑ کر اس دنیا سے رخصت ہوسکتا ہے۔ ''مہربانی کرکے جلدی کیجئے'' لیزا نے ایک بار پھر التجا کی۔ ڈاکٹر اپنا کام شروع کرچکے تھے۔ لیزا ایک کونے میں کھڑی دعائیں مانگ رہی تھی۔ وہ خدا سے کارل کے ساتھ رہنے کا ایک اور موقع مانگ رہی تھی۔

چند لمحوں بعد کارل کی حالت سدھرنے لگی۔ ڈاکٹر کامیاب رہے تھے۔ مریض زندگی کی واپسی کے اشارے دے رہا تھا۔ لیزا بے حس وحرکت کھڑی تھی۔ اس کی آنکھیں آنسوؤں سے بھری ہوئی تھیں۔

''ایک اور موقع'' اس نے سرگوشی کی۔ ''میں اس موقع کی قدر کروں گی۔ واقعی زندگی کس قدر ناپائیدار ہے۔ ہمیں خدا نے جو وقت مل کر گزارنے کیلئے عطا کیا ہے اس کو گنوانا نہ چاہیے۔ ہم اب ان دو افراد کی طرح نہ رہیں گے جو اتفاق سے اکٹھے ہوگئے ہوں یا جن کو سماجی رسوم نے ایک دوسرے پلے باندھ دیا ہو۔ ہم ایک دوسرے کی قدر کریں گے۔ تمام رشتوں اور تمام چیزوں پر اس رشتے کو ترجیح دیں گے'' وہ شوہر کے گلے لگ گئی۔ دونوں مل کر رونے لگے۔

اس نئے ملاپ سے پہلے لیزا اور کارل سالہا سال سے شادی شدہ زندگی گزار رہے تھے' مگر وہ محبتیں بانٹنا بھول چکے تھے۔ وہ تو بس ایک چھت کے نیچے وقت گزار رہے تھے۔ انہوں نے ازدواجی زندگی کو تخلیقی بنانے کی کوئی شعوری کوشش نہ کی تھی۔ یوں اس میں کوئی ولولہ' کوئی مزہ نہ رہا تھا۔

ڈاکٹر پال پیرسال اس قسم کی خشک اور بے کیف ازدواجی زندگیوں کا برسوں سے مطالعہ کررہے ہیں۔ انہوں نے اس موقع پر بہت کچھ لکھا ہے اور ہزاروں جوڑوں کو نئی زندگی گزارنے کا راستہ دکھایا ہے۔ اپنے طویل تجربے اور مطالعے کی بنیاد پر ڈاکٹر پیرسال نے مثالی ازدواجی زندگی کا ایک نظام مرتب کیا ہے۔

ڈاکٹر صاحب کے اس نظام کا مقصد جسموں کے بجائے ذہنوں میں ملاپ پیدا کرنا ہے۔ ان کا دعویٰ یہ ہے کہ جب میاں بیوی کے ذہن مل جاتے ہیں تو پھر جسموں کی دوری خودبخود مٹ جاتی ہے۔ ڈاکٹر صاحب نے ایک خصوصی تجربے کی خاطر ایک ہزار سے زیادہ جوڑوں کے نجی انٹرویوز لیے۔ مردوں اور عورتوں سے الگ الگ ملاقاتیں کیں۔ ان کے جنسی مسئلے سنے اور حل کیے۔ اس سارے تجربے کا نچوڑ انہوں نے مندرجہ ذیل چھ اصولوں کی صورت میں پیش کیا ہے:

(1) قیمت ادا کیجئے: اچھی ازدواجی زندگی اتفاقاً نہیں مل جاتی۔ اس کو حاصل کرنا پڑتا ہے۔ اس کیلئے محنت کرنی پڑتی ہے اور وقت دینا پڑتا ہے۔ لہٰذا پہلا اصول یہ ہے کہ زندگی کی دوسری کامیابیوں کی طرح اچھی زندگی کیلئے بھی تربیت درکار ہوتی ہے۔ یہ اس وقت حاصل ہوتی ہے جب ہم خلوص دل سے اس کیلئے جدوجہد کرتے ہیں' ایک دوسرے کے خواب بانٹتے ہیں' ایک دوسرے پر توجہ دیتے ہیں۔

(2) شادی کو معاشقہ مت بنایئے: بیوی محبوبہ نہیں ہوتی اور نہ ہی شادی معاشقہ ہوتی ہے۔ ان دونوں میں بہت فرق ہے۔ معاشقے مختصر ہوتے ہیں۔ ان میں عارضی شدت ہوتی ہے' لیکن وہ اس محبت کی ناپختہ نقل ہوتی ہے جو صرف پائیدار اور بالغ تعلقات سے جنم لیتی ہے۔ مثالی ازدواجی زندگی کا دارومدار اس امر پر ہوتا ہے کہ جنس کو پوری ازدواجی زندگی کا حصہ بنایا جائے۔ جنس کو محض ایک ازدواجی فریضہ نہ سمجھا جائے جو باقی زندگی سے الگ تھلگ ہو۔ میاں بیوی جنس کو ازدواجی محبت سے کاٹ دیں تو وہ بے لطف اور میکانکی بن کر بے جان ہوجاتی ہے۔ جنس ازدواجی تعلقات کا ایک حصہ ہے مگر اس کی جڑیں پوری ازدواجی زندگی میں پھیلی ہونی چاہئیں۔

(3) جنس توجہ چاہتی ہے: ازدواجی زندگی کے کسی حصے کو نظرانداز کردیا جائے تو وہ غائب ہوجائے گا۔ جنس کا معاملہ تو اور بھی نازک ہے۔ اس پر توجہ نہ دی جائے تو وہ ختم ہونے لگتی ہے۔ لہٰذا یہ اصول یاد رکھیے کہ لوگ جنس سے اسی قدر لطف اٹھاتے ہیں جس قدر وہ اس پر توجہ دیتے ہیں۔ مثالی محبت کا انحصار اس بات پر بھی ہے کہ میاں بیوی کے درمیان وقت کے ساتھ فروغ پانے والی محبت بھری عادتوں کو قبول کرلیا جائے۔ مثلاً میاں بیوی اگر ہر ہفتے محبت کے عادی ہوچکے ہیں تو اس کو جاری رکھنے میں کوئی قباحت نہیں۔ البتہ اس کو میکانکی نہ بننے دینا چاہیے۔ اس قسم کی عادتیں برسوں کے ملاپ سے وجود میں آتی ہیں۔ ان کی قدر کرنی چاہیے۔ ہمیں یاد رکھنا چاہیے کہ زندگی کے دوسرے شعبوں میں بھی وقت کے ساتھ ساتھ ایسی عادتیں بنتی چلی جاتی ہیں۔ وہ زندگی کو آسان اور منظم بنانے میں مدد دیتی ہیں۔ کبھی اپنے ازدواجی ماضی پر ہمدردی سے نگاہ ڈالیے۔ کیا آپ کو یاد ہے کہ آپ نے جیون ساتھی کے طور پر اس خاص فرد کا انتخاب کیوں کیا تھا؟ ان واقعات کو یاد کیجئے جن سے آپ دونوں ایک ساتھ گزرے ہیں۔ اپنے مستقبل پر بھی نگاہ دوڑایئے۔ ازدواجی زندگی میں سے ولولہ تلاش کیجئے۔ میاں بیوی جب مل کر زندگی کے مدوجذر سے گزرتے ہیں تو بہت سی مشترک یادیں ان کی زندگی کا حصہ بنتی ہیں۔ یہ یادیں جسمانی ملاپ کا محرک بن سکتی ہیں۔

(4) ازدواجی زندگی کو اولیت دیجئے: ایک خاتون نے اپنی بے کیف زندگی کو چند الفاظ میں یوں بیان کیا ہے کہ ''پورے دن میں ہمیں مشکل سے دس منٹ تنہائی کے نصیب ہوتے ہیں۔ رات کو ہم تھک ہار کر جب بیڈ کا رخ کرتے ہیں تو اس قدر بے جان ہوتے ہیں کہ کچھ کرنا مصیبت لگتا ہے۔''

یہ ایک خاتون کا مسئلہ نہیں۔ آج کی جدید دنیا میں بے شمار جوڑے اس قسم کے دن کاٹ رہے ہیں۔ وہ اس قدر روگ پال لیتے ہیں کہ ان کے پاس وقت ہی نہیں (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

نکسیر کے لیے آسان ٹوٹکہ: سرکے میں روئی اور کپڑا بھگو کر ناک کے سوراخ میں رکھ لینے سے نکسیر بند ہوجاتی ہے۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں۔ یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ماہِ ستمبر کے جوابات:

☆ اولاد کی نافرمانی کا روگ عالمی روگ ہے۔ آپ اپنے رزق پر نظر رکھیں کہ کس رزق سے اولاد کی پرورش کی ہے؟ پھر اسی رزق سے جو پودا لگایا ہے اب وہ کانٹے دے رہا ہے تو رونا کیسا۔ (عشرت۔ واہ کینٹ)

اولاد کے لیے "یَا مُنِیْبُ" ہر نماز کے بعد پڑھنا بہت کارگر ہے۔ جو میرا تجربہ ہے۔ (عبدالشکور۔ لاڑکانہ)

☆ سایہ دراصل کسی عمل کا الٹ اثر ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ آپ نے کوئی عمل کیا ہے اور اسے ادھورا چھوڑ دیا ہے اس لیے یہ سایہ ہے۔ بس اس کا ایک ہی حل ہے کہ دن رات سینکڑوں کی تعداد میں درود ابراہیمی پڑھیں۔ (مولانا عبدالطیف۔ گوجرخان)

☆ آپ کو ایک ٹوٹکہ بتاتا ہوں میرے والد مرحوم کو یہ تکلیف تھی علاج کیا پھر مرتے دم تک تکلیف نہ ہوئی۔ آپ ریٹھہ اور کشتہ قلعی ہم وزن لے کر پیس کر بڑے کیپسول بھر لیں۔ ایک کیپسول صبح وشام دودھ کے ہمراہ چند ماہ تک کھائیں۔ (پروفیسر حسن رضا۔ کمالیہ)

☆ شوہر کے لیے آپ سورۃ الھب مع تسمیہ 40 بار ہر نماز کے بعد پڑھیں۔ اول آخر درود شریف بھی پڑھیں۔ 40 دن تک۔ (نورالعین۔ حاصل پور)

شوہر کو راہ راست پر لانے کے لیے "یَا لَطِیْفُ، یَا وَدُوْدُ" کا عمل میں نے گزشتہ عبقری میں پڑھا اور دل سے کیا۔ میں اب اپنے شوہر سے مطمئن ہوں۔ (عاصمہ دلشاد۔ لاہور)

☆ مجھے ایک فقیر سے ایک گفٹ ملا تھا چند لوگوں کو دیا۔ ان کی جلد کے چھلکے اور تل بالکل درست ہو گئے۔ پودینہ خشک، ترید سفید، ہریڑ سبز، عشبہ، شاہترہ اور کالی ہریڑ ہم وزن کوٹ پیس کر ہلکا بادام روغن سے تر کر کے دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ ایک چمچ صبح وشام 7 ماہ تک۔ (حکیم یاسر الطاف۔ سبی)

ماہِ اکتوبر کے سوالات:

(1) مجھے خوبصورت بننے کیلئے کوئی گر یا فارمولا چاہیے جو مجھے بہت خوبصورت بنادے۔ (افشاں۔ مچھ)

(2) میرا پیٹ بڑھتا جارہا ہے اس کے کم کرنے کے لیے کوئی نسخہ یا عمل بتائیں۔ (ظفر اقبال، راولپنڈی)

(3) میں روز بروز کمزور ہوتی جارہی ہوں حالانکہ کوئی بیماری بھی نہیں آخر کیا وجہ ہے؟ (عائشہ، کراچی)

(4) میرے ماتھے پر دانے بھرے رہتے ہیں۔ کسی موسم میں کم نہیں ہوتے حتی کہ سجدہ کرتے ہوئے مصلی بھیک جاتا ہے۔ آخر میں کیا کروں۔ (سلطان احمد، نارووال)

(5) میری ناف باہر نکلی ہوئی ہے۔ میری عمر 48 سال ہے 2 بار آپریشن کرا چکا ہوں لیکن ناف اندر نہیں گئی۔ کسی نے نمک لگانے کو کہا۔ کیا میں لگالوں؟ کوئی تجربہ کار میری فریاد سنے۔ (عقیل الرحمٰن۔ سمندری)

(6) میں مستریوں کا کام کرتا ہوں، سیمنٹ کے لگنے سے میرے سارے ہاتھ پھٹ جاتے ہیں۔ جلد اتر جاتی ہے کیا کروں یہ کام چھوڑ نہیں سکتا۔ (مستری کرم علی۔ سندر روڈ)

(7) جب بھی کچن میں جاتی ہوں میرا چہرہ یکا یک سرخ ہوجاتا ہے اتنا کہ جیسے ابھی خون نکلے گا اور خارش شروع ہوجاتی ہے گھر میں میرے علاوہ کوئی اور کام کرنے والا نہیں۔ (نزہت، ٹیکسلا)

(8) مجھے آسمانوں کی سیر کرنے کا کوئی روحانی عمل چاہیے جن کے پڑھنے سے میں آسمانوں کی سیر کروں اور قدرت کے کرشمے دیکھوں۔ (بشریٰ مجتبیٰ، صادق آباد)

(9) میرا ناک بہت بھدا ہے اور اس پر چکنائی بہت رہتی ہے دانے بھی نکلتے ہیں۔ بہت کریمیں لگائیں لیکن بے سود۔ آخر خودکشی کرلوں' کیا کروں؟ (کوثر امتیاز، میلسی)

(10) میری والدہ کا انتقال ہوگیا اور میں بالکل تنہا ہوگئی ہوں۔ کیونکہ بھائی باہر پڑھنے گیا ہوا ہے۔ والد صاحب جاب پر چلے جاتے ہیں اور میں گھر میں بالکل اکیلی رہ جاتی ہوں مجھے سکون کا کوئی وظیفہ بتائیں۔ (سمیرا کنول۔ موروسندھ)

(11) مجھے خواب بہت آتے ہیں اور گندے گندے خواب آتے ہیں۔ میں ان خوابوں سے چھٹکارا پانا چاہتا ہوں کوئی حل بتائیں۔ (محمد افضل۔ کراچی)

(12) میں اپنے آفس میں پریشان رہتا ہوں کسی کا سامنا نہیں کرسکتا، دل بے چین، ہر وقت خطرہ رہتا ہے۔ دل بہت زور سے دھڑکتا ہے۔ حالانکہ بظاہر کوئی پریشانی بھی نہیں ہے۔ (مرتضیٰ احمد۔ سکھر)

انوکھا خواب

آسمان سے اللہ کی رحمت لگاتار برس رہی ہے اور اس گھر کی تمام چھت رحمتوں سے لبالب بھری ہوئی ہے۔

(مسز طاہرہ نیاز)

تقریباً تین ماہ پہلے کی بات ہے کہ میں نے خواب میں دیکھا کہ آقا ﷺ تشریف لائے ہیں اور مجھے ساتھ لے کر چل دیئے ہیں۔ چلتے چلتے آپ ﷺ میری چھوٹی بہن کے گھر پہنچ گئے۔ اندر سے دروازہ کھلا اور میں آپ ﷺ کے ساتھ گھر کے اندر داخل ہوئی۔ اس وقت میں نے شدت سے محسوس کیا کہ آپ ﷺ میرے گھر جانے کے بجائے میری بہن کے گھر تشریف لے آئے ہیں مگر میں نے زبان سے کچھ نہیں کہا۔ پھر آپ ﷺ نے فرمایا ''دیکھو'' تو کمرے کے اندر کھڑے ہونے کے باوجود مجھے سب کچھ نظر آنے لگا۔ میں نے دیکھا کہ آسمان سے اللہ کی رحمت لگاتار برس رہی ہے اور اس گھر کی تمام چھت رحمتوں سے لبالب بھری ہوئی ہے جیسے سمندر میں پانی ٹھاٹھیں مارتا ہے اس سے بھی زیادہ اللہ کی رحمت ٹھاٹھیں مار رہی ہے۔ پھر بڑھتے ہوئے پرنالے میں سے ہوتی ہوئی پورے محلے میں چند ایک گھروں کی چھتوں پر جارہی ہے۔ بڑا ہی پرلطف اور پرکیف منظر تھا جسے میں نے جی بھر کے دیکھا۔ اسی دوران میری آنکھ کھل گئی۔ پھر اس کے بعد میں حقیقت میں اپنی بہن کے گھر گئی اور سب گھر والوں سے ملی۔ یہ تو مجھے پہلے بھی معلوم تھا کہ اس گھر میں پڑھائی بہت ہوتی ہے مگر میں یہ جاننا چاہتی تھی کہ وہ لوگ کیا پڑھتے ہیں۔ بہن کے سسر سے پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ وہ اور آنٹی ہروقت دوسری پڑھائی کے علاوہ (جو ان کے مرشد صاحب نے ان کو بتائی ہوئی ہے) سارا ٹائم درود شریف پڑھتے رہتے ہیں۔ وہ دن کے وقت اپنے سامنے گھٹلیاں رکھ کر بیٹھ جاتے ہیں اس طرح سے گھر کے باقی افراد بھی کام کاج میں چلتے پھرتے پاس بیٹھ کر درود شریف پڑھتے رہتے ہیں اور وہ اپنے مرشد صاحب کی طرف سے بتایا ہوا یہ درود شریف پڑھتے ہیں "اَلصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلٰی رَسُوْلِ اللّٰہِ" اور ہر جمعرات کو آنٹی محلے کے بچوں کو اکٹھا کرکے ان سے درود شریف پڑھواتی ہیں۔ پھر کچھ نعت خوانی اور دعا ہوتی ہے اور بعد میں بچوں میں کچھ کھانے کیلئے تقسیم کرتی ہیں۔ اس طرح سے مجھے معلوم ہوا کہ یہ سب درود وسلام (بقیہ: صفحہ نمبر 28 پر)

حضور اکرم ﷺ کا انصاف: یہودی اور دیگر مخالفین بھی اپنے مقدمات اور تنازعات میں آپ ﷺ ہی کا فیصلہ تسلیم کرتے تھے۔

تذکرہ چند بڑے آدمیوں کا

حضرت محبوب الٰہی شاہ نظام الدینؒ نے ایک درویش کو اپنی جوتیاں دی تھیں۔ وہ درویش حضرت امیر خسروؒ کے پاس سے گزرا۔ آپؒ نے اسے کہا کہ مجھے تجھ سے اپنے مرشد کی خوشبو آتی ہے۔ پھر آپؒ نے اس سے وہ جوتیاں 5 لاکھ روپے کی خریدلیں۔

(محمد فاروق ریحان)

حضرت عثمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ متقی شخص کی پانچ علامات ہیں۔(1) متقی شخص ایسے آدمیوں کی ہم نشینی اختیار کرتا ہے جس کے ساتھ بیٹھ کر دین کی اصلاح، شرم گاہ اور زبان کی حفاظت پر غلبہ حاصل ہوتا ہو۔ (2) متقی شخص کو جب دنیا کی کوئی بڑی چیز ملتی ہے تو وہ اس کو وبال سمجھتا ہے۔ (3) متقی شخص تھوڑی سی دنیا کو بھی غنیمت سمجھتا ہے۔ (4) حرام کی ملاوٹ کے ڈر سے اپنا پیٹ حلال سے نہیں بھرتا۔(5) متقی شخص تمام لوگوں کو نجات یافتہ اور اپنی ذات کو ہلاک شدہ تصور کرتا ہے۔

حضرت وہب بن منبہؒ فرماتے ہیں کہ جو شخص دنیا میں آخرت کی تیاری کرتا ہے۔ قیامت کے دن اللہ تعالیٰ جل شانہ کے عذاب سے محفوظ رہے گا اور جس نے حسد چھوڑ دیا تو قیامت کے دن اللہ تعالیٰ کے عذاب سے محفوظ رہے گا۔ تمام مخلوق کے روبرو اس کی تعریف کی جائے گی اور جس نے حب جاہ ترک کر دی تو قیامت کے دن اللہ پاک کے دربار میں باعزت ہوگا اور جس نے دنیا میں فضولیات کو ترک کیا تو وہ نیک لوگوں کے ساتھ خوب عیش میں رہے گا اور جس نے دنیا میں جھگڑنا چھوڑ دیا قیامت کے دن کامیاب لوگوں میں سے ہوگا اور جس نے دنیا میں بخل چھوڑا قیامت کے دن مخلوق کے روبرو اس کا تذکرہ ہوگا اور جس نے دنیا میں راحت ترک کر دی وہ قیامت کے دن خوش ہوگا۔ جس نے دنیا میں حرام کو چھوڑ دیا قیامت کے دن انبیاء کے پڑوس میں رہے گا اور جس نے حرام چیزوں کو دیکھنا (مثلاً بدنظری ٹی وی، وی سی آر، کیبل وغیرہ) چھوڑ دیا تو اللہ تعالیٰ قیامت کے دن جنت میں اس کی آنکھیں خوش کریں گے اور جس شخص نے گناہ کو چھوڑ دیا، دنیا میں فقر اختیار کر لیا تو اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اولیاء اور نبیوں کے ساتھ اس کا حشر فرمائیں گے اور جو شخص دنیا میں لوگوں کی ضروریات پوری کرنے میں لگا رہا اللہ تعالیٰ جل شانہ اس کی دنیا و آخرت کی ضرورتوں کو پورا فرمائیں گے اور جو شخص یہ چاہتا ہو کہ اس کے ساتھ قبر میں کوئی دل بہلانے والا ہو تو اسے چاہیے کہ رات کے اندھیرے میں اٹھ کر نماز پڑھے اور جو شخص یہ چاہتا ہو کہ قیامت والے دن رحمٰن کے عرش کے سائے میں رہے وہ زہد اختیار کرے اور جو شخص یہ چاہے کہ اس کا حساب آسان ہو وہ اپنے آپ کا اور مسلمان بھائیوں کا خیرخواہ بنے اور جو شخص یہ چاہتا ہے کہ فرشتے اس سے ملاقات کریں تو وہ پرہیزگار بنے اور جو شخص یہ چاہتا ہے کہ جنت کے بیچ میں رہے وہ رات دن اللہ تعالیٰ کا ذکر کرنے والا بنے اور جو شخص چاہتا ہے کہ بغیر حساب کے میں جنت میں داخل ہو جاؤں اسے چاہیے کہ اللہ تعالیٰ کے آگے سچی توبہ کرے اور جو مالدار بننا چاہتا ہے تو اسے چاہیے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی تقسیم پر راضی رہے اور جو شخص اللہ تعالیٰ کے سامنے فقیر بننا چاہے وہ خشوع اختیار کرے اور جو حکیم بننا چاہے وہ عالم بنے اور جو شخص لوگوں کے شر سے محفوظ رہنا چاہے تو وہ ہر ایک کا تذکرہ خیر سے کرے۔ جو شخص دنیا و آخرت کی شرافت چاہتا ہے اسے چاہیے کہ آخرت کو دنیا پر ترجیح دے اور جو شخص نہ ختم ہونے والی جنت الفردوس چاہتا ہے وہ شخص دنیا کے فساد میں اپنی عمر ضائع نہ کرے اور جو شخص دنیا آخرت میں جنت چاہتا ہے اس پر سخاوت لازم ہے اس لیے کہ سخی آدمی جنت کے قریب اور جہنم سے دور ہوتا ہے اور جو شخص چاہتا ہے کہ کامل نور سے اس کے دل کو منور کیا جائے اس پر لازم ہے کہ اللہ تعالیٰ کی مخلوقات میں غور و فکر کرے اور جو شخص چاہتا ہے کہ اس کا بدن صابر ہو، زبان ذکر سے تر ہو اور دل میں خشت ہو اس پر لازم ہے کہ کثرت سے مومن و مسلمان مردوں اور عورتوں کیلئے استغفار کرے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو ان باتوں پر کامل عمل کی توفیق عطا فرمائے۔

حضرت امیر خسرو رحمتہ اللہ علیہ:

ابوالحسن نام اور خسرو تخلص تھا۔ والد کا نام سیف الدین لاچین تھا اور وہ بلخ کے رہنے والے تھے۔ آپ کے نانا کا نام عماد الملک تھا۔ سلطان التمش کے دور میں ہندوستان آئے اور ضلع ایٹہ میں موقع پٹیالی میں خیمہ زن ہوئے۔ محبوب شعراء الٰہی حضرت شاہ نظام الدین اولیاءؒ سے سلوک کی منزلیں طے کیں۔ شعر و ادب میں بہت اونچا مقام پایا۔ ملک الشعراء کہلائے۔ اہل ایران نے ہند میں صرف ان کی فارسی دانی کا سکہ مانا ہے۔ عبادت و ریاضت سے آپ کو غیر معمولی لگاؤ تھا۔ آپ کے بارے میں شیخ فرماتے ہیں کہ

''کہ قیامت کے دن اگر مجھ سے پوچھا جائے کہ آخرت میں تو اپنے لیے کیا لایا ہے تو میں عرض کروں گا کہ امیر خسروؒ کے سینے کی سوزش لایا ہوں۔''

اپنے مرشد سے والہانہ محبت کا عجب واقعہ:

اپنے مرشد شاہ نظام الدین اولیاءؒ کی وفات کے وقت آپ سلطان غیاث الدین کے ساتھ بنگال گئے ہوئے تھے آپ بے تاب ہو کر دہلی دوڑے اور آتے ہی شیخ کے مزار پر آگرے، ایک چیخ ماری اور کہا، ''تعجب ہے کہ آفتاب زمین میں چھپ جائے اور خسرو زندہ رہے''۔ پھر آپ دنیا میں اتنا ہی زندہ رہے جتنا عرصہ حضرت سیدہ فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کے وصال کے بعد دنیا میں زندہ رہیں۔ 8 شوال 786ھ آپ نے وفات پائی۔

(حضرت محبوب الٰہی شاہ نظام الدین نے ایک درویش کو اپنی جوتیاں دی تھیں۔ وہ درویش حضرت امیر خسروؒ کے پاس سے گزرا۔ آپ نے اسے کہا کہ مجھے تجھ سے اپنے مرشد کی خوشبو آتی ہے۔ پھر آپ نے اس سے وہ جوتیاں پانچ لاکھ روپے کی خریدلیں) اور انہیں سر پر رکھ کر عجیب جذب و کیفیت سے چلے۔ یہ رقم بادشاہ نے آپ کو ہدیہ دی تھی۔

خدا رحمت کند ایں عاشقان پاک طینت را

اللہ تعالیٰ مجھ گناہ گار کو بھی اپنے شیخ کا اس سے بھی زیادہ عشق عطا فرمائے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

سر میں خشکی

مسز صادق نذیر بہاولپور سے لکھتی ہیں: سر کے بالوں کیلئے آملے وغیرہ بھگونے میں قباحت محسوس ہوتی ہے۔ روزانہ کون بھگوئے اور کون سر دھوئے۔ ایسا نسخہ بتائیے جو آسانی سے بنا کر رکھ لیا جائے اور اس سے سر دھولیا جائے۔

دوسری بات یہ کہ میری بیٹی کے سر میں بے حد خشکی ہے جو بعض دفعہ تھوڑی سی نمی لیے ہوتی ہے۔ اس کیلئے کچھ بتائیے۔ چہرے کے بھورے تلوں کیلئے بھی مشورہ چاہیے۔

جواب: آپ آملے بھگو کر تین چار دن رکھ سکتی ہیں۔ خراب نہیں ہوں گے۔ آسان طریقہ یہ ہے کہ آپ کوٹ چھان کر چیزیں رکھ لیجئے۔ سر دھونے سے آدھ گھنٹہ قبل ایک بڑا چمچ آملے کا سفوف گرم پانی میں بھگو دیجئے اور پھر سر دھو لیجئے۔ خشکی کے چھلکے بڑے ہوتے ہیں یا نہیں اور یہ خشکی بالکل سفید اور گول قطروں کی طرح ہوتی ہے یا معمولی سی نمدار ہے۔ کھجانے سے پانی تو نہیں نکلتا؟ چہرے کے بھورے تل کس جگہ ہیں؟ اور یہ کب سے ہیں؟ پیدائشی تو نہیں؟ یہ ساری باتیں لکھیں، پھر آپ کو جواب دوں گا۔

بعض دفعہ چھائیاں منہ پر ہو جاتی ہیں۔ آپ کے چھائیاں تو نہیں؟ یہ بھی باریک باریک تلوں کی طرح اکثر نظر آتی ہیں۔ آپ کسی اچھی لیڈی ڈاکٹر کو دکھا کر مشورہ حاصل کیجئے۔ اندرونی خرابی کی وجہ سے بھی چھائیاں پڑتی ہیں۔ بھورے تل مدت سے ہوں تو پھر ختم نہیں ہوتے، قدرے کم ہو جاتے ہیں۔

مسوڑھے خراب/سر کے بال سفید ہیں

سوات سے ام شفیق لکھتی ہیں: ''آٹھ بچوں کی ماں ہوں۔ وجود بھاری بھرکم ہے۔ سینے میں ٹیسیں اٹھتی ہیں۔ مسوڑھے خراب ہیں۔ سر کے بال سفید ہیں۔ جوئیں پڑ جاتی ہیں۔ پنڈلیوں کے بال دور کرنے کیلئے نسخہ مانگا ہے۔

جواب: ام شفیق صاحبہ! آپ نے تفصیل سے اپنی کیفیت بیان نہیں کی۔ سینے میں درد کیوں ہوتا ہے۔ ٹھنڈ کا اثر ہے یا انفیکشن ہے؟ بعض دفعہ بچوں کو دودھ پلاتے وقت بھی یہ کیفیت ہوتی ہے آپ براہ کرم کسی ماہر لیڈی ڈاکٹر سے اچھی طرح معائنہ کرا کے علاج کرائیے۔ آپ کا جسم بھی بھاری ہے، اس لیے آپ کو فوری طور پر معائنہ کرانا چاہیے تاکہ جلد سے جلد یہ تکلیف ختم ہو۔

مسوڑھوں کی خرابی کیلئے آپ دانتوں کے ڈاکٹر سے مشورہ کیجئے۔ دن میں دو بار دانت صاف کرنے چاہئیں۔ نیم کے پتے ابال کر اس سے غرارے کیجئے۔ آپ گھریلو طور پر منجن بنا سکتی ہیں۔ اس میں کالی مرچ، نمک، بادام کے جلے ہوئے چھلکے، پھٹکڑی وغیرہ شامل ہوتی ہے۔ تھوڑا سا نمک اور سرسوں کا تیل ملا کر مسوڑھوں پر ملنے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔ معدے کی خرابی سے دانتوں پر اثر پڑتا ہے۔ آپ بڑا گوشت پالک نہ کھائیں۔ کباب، تکے نقصان دہ ہیں۔ اپنی غذا میں سبزیاں، پھل اور شہد شامل کیجئے۔ سوات میں خالص شہد مل جاتا ہے اور خوبانی بھی میسر ہے۔ آپ کیلئے لیموں کا رس مفید ہے۔ دن میں دو لیموؤں کا رس پانی میں نچوڑ لیجئے، یہ سوجے ہوئے مسوڑھوں کا بہترین علاج ہے۔ لیموں کے ذرا سے رس میں نمک ملا کر مسوڑھوں پر ملیں۔ اس سے ورم دور ہوگا۔ مسوڑھے مضبوط ہوں گے، خون بھی نہیں بہے گا۔

مسوڑھوں پر آپ شہد ملیں۔ اس میں تھوڑا سا نمک ملائیے۔ سر کے بالوں میں جوئیں ہوں تو نیم کے پتوں کو پکا کر اس سے روز سر دھوئیے اور باریک کنگھی سے جوئیں نکالیے۔

پنڈلیوں کے بال آپ ویکس سے دور کرسکتی ہیں۔ مشین سے بھی بال صاف ہو جاتے ہیں۔

آپ حیاتین ج زیادہ استعمال کیجئے آج کل گوبھی کا موسم ہے۔ آپ پھول گوبھی، ہری مرچ، شملہ مرچ، آلو مٹر استعمال کیا کیجئے۔ کھٹے پھلوں میں بھی یہ حیاتین ملے گا۔

اپنی صحت کا خیال رکھیے۔ صبح شام پیدل چلنے کی عادت ڈالیے۔ گھر کے صحن ہی میں آپ چہل قدمی کرسکتی ہیں۔ اس عمر میں آپ کا وزن بڑھنا نہیں چاہیے۔

نظر نہیں آتا

ایک پریشان بہن: چند ماہ سے میں یہ محسوس کر رہی ہوں کہ معمولی اندھیرے میں کچھ نظر نہیں آتا۔ کیا یہ شب کوری کی بیماری ہے؟ اس کا کوئی علاج گھریلو طور پر ہوسکتا ہے؟ میرے حالات ایسے ہیں کہ ڈاکٹر کے پاس جا نہیں سکتی۔ براہ کرم مشورہ دیں۔ میرے سسرال والے بڑے سخت ہیں۔ وہ ڈاکٹر کے پاس کبھی نہیں جانے دیتے۔ میں کیا کروں؟

جواب: رات کو نظر نہ آنا ایک تکلیف دہ مرض ہے۔ اندھیرے میں ہماری آنکھیں چند منٹ بعد دیکھنے کے قابل ہو جاتی ہیں۔ کسی کو پندرہ منٹ تک نظر نہ آئے تو اسے شب کوری کا مریض کہا جاتا ہے۔ آپ اپنے شوہر سے کہہ کر حیاتین الف بطور غذا یا دوا ضرور استعمال کریں۔ دوسری آسان بات یہ ہے کہ بکرے کی کلیجی منگائیں۔ اس کے ٹکڑے سیخ میں کوئلوں پر سینک کر کھائیے۔ اس پر نمک اور کالی مرچ بھی چھڑک لیجئے۔ اس کے ساتھ آپ لیموں، گاجر، بند گوبھی کی سلاد کھائیے۔ کچی گاجریں یا گاجر کا جوس استعمال کیجئے۔ گاجر گوشت، گاجر ٹماٹر، گاجر میتھی، گاجر پالک، گاجر قیمہ، آلو گاجر مٹر کی سبزی کھائیے۔ دن بھر میں آپ گاجر کے جوس کے دو گلاس پیجئے۔ اس سے آپ کو فائدہ ہوگا۔ چھوٹی مکھی کا شہد مل جائے تو اپنی آنکھوں میں رات کو لگائیے۔ روزانہ استعمال سے فائدہ ہوگا۔ (انشاء اللہ)

بچہ ہکلاتا ہے

میرا بچہ آٹھ سال کا ہے اور بہت ہکلاتا ہے میں اس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ اس کے لیے کچھ بتائیے۔ (م س کراچی)

جواب: بچے عام طور پر شروع میں ہکلاتے ہیں، بارہ سال کی عمر تک وہ اپنی اس خامی پر تھوڑا بہت قابو پالیتے ہیں۔ آپ کو چاہیے بچے پر خاص توجہ دیں۔ جب وہ بات کرے تو ہنسیں مت، غور سے اس کی بات سنیں۔ اس کی بات نہ کاٹیں۔ جب وہ بات کرے تو اس کی طرف خصوصی دھیان دیجئے۔ وہ بات ختم کرچکے تو آپ اطمینان سے اس کا جواب بڑی آہستگی سے دیجئے۔ آپ کو چاہیے رات کو سونے سے پہلے کم از کم پانچ سات منٹ پیار کے ساتھ بچے سے بات کریں تاکہ اسے احساس ہو آپ اس سے بہت محبت کرتی ہیں اور پوری توجہ سے بات سنتی ہیں۔ بچے کو چیک کرائیے، کہیں بچے کی زبان کے نیچے ''تانتوا'' تو نہیں۔ اسے کاٹنے سے بھی بچہ آزادی سے بول سکتا ہے۔ بچے کو قرآن پاک پڑھائیے۔ کسی قاری کو گھر پر بلا کر تعلیم دلائیے۔ قرآن پاک پڑھنے سے بھی بہت فرق پڑے گا زبان صاف ہو جائے گی۔

خشک کھانسی: خشک کھانسی میں کیلے اور کھجور کو مکھن میں پیس کر کھانا مفید ہے، اس طرح خشک کھانسی کیلئے بادام بھی فائدہ مند ہوسکتا ہے۔

لمبے بال خوبصورتی کی علامت

بال دراصل ایک طرح کا پروٹین ہیں، ماہرین اس بات سے اتفاق کرتے ہیں کہ لمبے بال ازخود خوبصورتی کی علامت ہیں۔ انہیں آپ بہت مختصر وقت میں بھی دھو سکتے ہیں۔ انہیں محفوظ رکھنے کیلئے ڈیپ کنڈیشنگ ٹریٹمنٹ کا عمل جاری رکھنا چاہیے۔ (منور سلطانہ)

اگر آپ انتہائی مختصر مدت میں اپنے بالوں کی افزائش کیلئے کوشاں ہیں تو آپ بے فکر ہو جائیں کیونکہ اب بارہ ماہ میں آپ کے بال آپ کے کاندھوں پر پہنچ جائیں گے (واضح رہے کہ بال ایک ماہ میں ایک سینٹی میٹر کی شرح سے نمو پاتے ہیں) تاہم کئی مراحل ایسے ہیں جن کے سبب آپ کے بالوں کی افزائش میں مزید تیزی پیدا ہو سکتی ہے یعنی آپ کے بال صرف تین ماہ کے عرصے میں 5 ملی میٹر تک بڑھ سکتے ہیں۔

بال گرم آب و ہوا میں زیادہ تیزی سے بڑھتے ہیں اس کی وجہ میٹابالزم کی تیزی سے افزائش ہے۔

ایک ماہر افزائش گیوفلپ گنلسے کے مطابق اپنے بال قدرے گرم پانی سے دھو لیجئے اور پھر ڈیپ کنڈیشنگ ٹریٹمنٹ عمل میں لائیے۔ ہفتے میں تین بار ایسا کریں تاہم اس عمل کے اختتام پر اپنا سر کسی گرم تولیہ سے دس سے پندرہ منٹ کیلئے ڈھانپ لیں یہ بندش مضبوط ہونی چاہیے۔ آپ بھی جب اپنے بال دھوئیں اپنے سر کے بالائی حصے پر چند منٹ مساج ضرور کریں اس لیے کہ اس سے آپ کے سر میں خون کی گردش تیز ہوتی اور اس کی فراہمی بڑھتی ہے جس کے سبب بال زیادہ تیزی سے اگتے ہیں۔

فلپ گنلسے کا کہنا ہے کہ اس سلسلے میں خوراک بھی بڑی اہمیت رکھتی ہے ان کا کہنا ہے کہ بال دراصل ایک طرح کا پروٹین ہیں۔ اس لیے دن میں کم از کم تین بار پروٹین بطور غذا استعمال کرنا ضروری ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ نیوٹریشنل سپلیمنٹ کا استعمال بھی ناگزیر ہے۔ اس سلسلے میں یورپی ممالک میں تو باقاعدہ کیپسولز، ترکاریوں سے نہیں بلکہ بآسانی جذب ہونے والے جانوروں کے پروٹین سے تیار کیے جاتے ہیں۔ ایک نظریہ یہ بھی ہے کہ اگر ہر چھ ہفتے بعد بالوں کی ٹریمنگ (TRIMMING) کی جائے تو یہ تیزی سے بڑھنے لگتے ہیں۔ گنلسے کا مؤقف اس کے برعکس ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ یہ بات قطعی غلط ہے کہ اگر بال کاٹے جائیں تو وہ مضبوط ہوتے ہیں اور ان کی بڑھوتری میں اضافہ ہوتا ہے۔

بعض دیگر ماہرین کا اس سلسلے میں کہنا ہے کہ ”جب آپ اپنے بال بڑھتے دیکھیں تو بالوں میں کلپ لگائیں تاکہ بال اوپر کی طرف اٹھ کر زیادہ بڑے معلوم ہونے کیساتھ ساتھ مزید بڑھ سکیں۔ اس لیے کہ اس طرح انہیں صحیح اور مناسب دوران خون فراہم ہونے لگتا ہے۔

”اپنا ہیئر سٹائل سادگی کی طرز پر اختیار کیجئے۔ بالوں کو کسی مؤثر طریقے سے پیچھے کی طرف لیجائیں اور انہیں نرم کرنے کی ہر ممکن کوشش اختیار کریں“۔

”بالوں کے سلسلے میں صبر و ضبط کا عملی مظاہرہ کریں کیونکہ بالوں کی افزائش کے دوران ان کے گرنے اور جھڑنے کی رفتار بھی زیادہ ہوتی ہے اس لیے اپنے اوپر غصہ کرنے سے اجتناب کریں“۔

گنلسے کا کہنا ہے کہ بالوں کو کاٹے بغیر آپ جتنے بھی بال بڑھانا چاہیں بڑھا لیجئے ان کی کوئی حد نہیں تاہم ایک ماہر ہیئر ڈریسر نکی کلارک گنلسے کی اس بات سے متفق نہیں ہیں اور ان کا کہنا ہے کہ بال ہر صورت بڑھتے ہیں جو سینے اور کمر سے بھی نیچے تک پہنچ جاتے ہیں۔ ماہرین اس بات سے اتفاق کرتے ہیں کہ لمبے بال ازخود خوبصورتی کی علامت ہیں۔ انہیں آپ بہت مختصر وقت میں بھی دھو سکتے ہیں۔ انہیں محفوظ رکھنے کیلئے ڈیپ کنڈیشنگ ٹریٹمنٹ کا عمل جاری رکھنا چاہیے۔ چھوٹے بالوں کو پونی ٹیل یا ہیئر کلپس کے استعمال سے خوبصورت بنایا جا سکتا ہے۔ بال لمبے ہوں یا چھوٹے ان کی خوبصورتی کی حفاظت کیلئے تولیے سے خشک کرنے کے بعد انہیں موئسچرائزنگ پروٹیکٹر دینا چاہیے۔ اس کام کیلئے اسپرے بھی کیا جاتا ہے جو بالوں کی جڑوں سے اوپر کی طرف ہونا چاہیے اس عمل سے بال مضبوط، مزید خوبصورت اور گھنے ہو جاتے ہیں۔

اچھی زندگی سے معاشرے کا علاج

مشہور فلسفی ابن طفیل نے ایک دفعہ خوش ہو کر لوگوں کو بتایا اے لوگو میں نے وہ راز پالیا، جس سے معاشرہ خوش و خرم رہ سکتا ہے۔ لوگوں نے پوچھا وہ کیا راز ہے؟ ابن طفیل نے کہا کہ کائنات کی ہر چیز دوسروں کے لیے ہے۔ درخت اپنا پھل خود نہیں کھاتا، دریا اپنا پانی خود نہیں پیتا، سورج، چاند خود اپنی روشنی استعمال نہیں کرتے، بس یہ بہاریں یہ برساتیں یہ نعمتیں یہ سب دوسروں کے لیے ہے بس وہی زندگی اچھی ہے جو دوسروں کے لیے ہو۔ (اعجاز احمد، کراچی)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ پشاور: اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ راولپنڈی: کمانڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ لاہور: شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ سیالکوٹ: ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 ملتان: الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ رحیم یار خان: امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ خانیوال: طاہر سٹیشنری مارٹ۔ علی پور: ملک نیوز ایجنسی، 0333-7674484۔ ڈیرہ غازی خان: عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ جھنگ: حافظ طلحہ اسلام صاحب 0334-6307057۔ حاصل پور: گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ درگاہ پاکپتن: مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن، 0333-6954044۔ کلورکوٹ: محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی گیسٹ ہاؤس۔ مظفر گڑھ: النور نیوز ایجنسی، 066-2413121۔ گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ چشتیاں: حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس 0632-508841۔ شورکوٹ کینٹ: عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578۔ بہاولپور: ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0622-731947۔ بوریوالہ: سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ وہاڑی: فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ، 0333-6005921۔ بھیرہ شریف: شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ: حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ وزیر آباد: شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892951۔ ڈسکہ: نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ حیدر آباد: الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ سکھر: الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ کوئٹہ: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 اٹک: نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ میلسی: امتیاز احمد صاحب الواحد ٹیسٹی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ خان پور: چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ واہ کینٹ: حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ فیصل آباد: ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ صادق آباد: عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ گوجرانوالہ: عطاء الرحمن مکہ میڈیکل سٹور سول اسپتال قاعہ دیدار سنگھ، 0554-710430۔ بھکر: ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ کوٹ ادو: عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515 منڈی بہاؤ الدین: آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0456-504847۔ احمد پور شرقیہ: بخاری نیوز ایجنسی، 0302-8674075 بنوں: امیر احمد جان 0333-9748847۔ نارووال: محمد اشفاق صاحب، باذی نیوز ایجنسی ضیا شہید چوک ظفروال۔ گلگت: نارتھ نیوز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ۔ شمالی علاقہ جات: جاوید اقبال ہسپاپ لائن نیوز ایجنسی مین روز گاہکوچ۔ غذر شمالی علاقہ جات۔ ہنزہ: ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ سکردو: سودے بکس اسٹور۔ لنک روڈ سکردو، بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔ جہانیاں: حافظ نذیر احمد، جہانیاں کلاتھ ہاؤس اور سنٹر، 306-7604603۔ گوجرانوالہ: رحمن نیوز ایجنسی، 0300,6422516

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

ایک دفعہ حضرت عائشہ صدیقہؓ نے اونٹ کی سرکشی پر اسے دوڑا کر زم کرنا چاہا۔ تو آپ ﷺ نے فرمایا ”ذرا نرمی اختیار کرو“

حضرت مولانا شاہ فضل الرحمن صاحب رحؒ گنج مرادآبادی

عاشق الٰہی صاحب قدس سرہ

اعمال حزب البحر جس مقصد کے لیے پڑھیں گے، حکم الٰہی سے مقصد پورے ہوں گے۔ ادائیگی قرض کے لیے کلمہ لَاۤ اِلٰـہَ اِلَّا اللّٰـہُ کثرت سے پڑھنا مؤثر ہے اول آخر درود شریف پڑھنا مجرب ہے

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں۔

حصول مقاصد دنیاوی:۔

(1) حَسْبُنَا اللّٰهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 173) روزانہ 500 مرتبہ پڑھا کریں (2) درود تنجینا 70 مرتبہ روزانہ پڑھنا دنیاوی مشکلات کے واسطے مجرب ہے۔ (3) وَاُفَوِّضُ اَمْرِیْۤ اِلَى اللّٰهِ ؕ اِنَّ اللّٰهَ بَصِيْرٌۢ بِالْعِبَادِ (سورۃ المؤمن آیت نمبر 44) (4) لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ 100 مرتبہ مع اول و آخر 11،11 بار درود شریف پڑھنا مجرب ہے۔

ادائیگی قرض:

ادائیگی قرض کیلئے کلمہ لَاۤ اِلٰـہَ اِلَّا اللّٰـہُ کثرت سے پڑھنا مؤثر ہے۔

دنیاوی عزت و ہر حاجت:

دنیاوی عزت و ہر حاجت کیلئے ''بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ o سُبْحٰنَكَ الْقَادِرُ الْقَهَّارُ الْقَوِيُّ الْكَافِيْ لَآاِلٰهَ اِلَّا هُوَ يَاحَيُّ يَاقَيُّوْمُ يَا ذَاالْجَلَالِ وَالْاِكْرَامِ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ o'' 110 مرتبہ پانچوں نمازوں کے بعد پڑھا کریں۔

کشادگی رزق:

کشادگی رزق کیلئے لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِيْنُ بعد نماز فجر 100 بار پڑھا کریں۔

دفعیہ اثر جنات:

اگر کسی شخص پر جن کا اثر ہو یا دیوانگی کا عارضہ ہو تو اس کے بائیں کان میں تین مرتبہ کہیں ''شیخ عبدالقادر جیلانی'' جن بھاگ جائے گا۔ دیوانگی کا اثر جاتا رہے گا۔ واضح رہے کہ اعمال کا اثر توفیق ربانی پر منحصر ہے اور قبول و تاثیر میں اکل حلال و صدق مقال کو خاص دخل ہے۔

اعمالِ حزب البحر

خواص:۔

محبت:۔ وَهَبْ لَنَا مِنْ لَّدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً كَمَا هِيَ فِيْ عِلْمِكَ 77 بار پڑھ کر يُحِبُّوْنَهُمْ كَحُبِّ اللّٰهِ ؕ وَالَّذِيْنَ اٰمَنُوْۤا اَشَدُّ حُبًّا لِّلّٰهِ ؕ (سورۃ بقرہ آیت نمبر 165) پڑھ کر یہ دعا کریں: ''الٰہی محبت و مودت فلاں بن فلاں اور دل و جان و مغز استخوان فلاں بن فلاں پدید گرداں و چنانکہ یک لحظہ بے او بودن نتواند آمین آمین۔''

اور ہر مرتبہ آمین پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھ منہ پر پھیر لیں اور عرق گلاب پر دم کر کے رکھ لیں جس وقت محبوب کے سامنے جائیں ذرا سا عرق گلاب دونوں ہاتھوں پر مل کر چہرہ پر پھیر لیں۔

دفع اعداء و عقد اللّسان:

''وَاطْمِسْ عَلٰى وُجُوْهِ اَعْدَائِنَا۔'' پر پہنچے تو 70 بار اسم يَاقَاهِرُ ذُوالْبَطْشِ الشَّدِيْدِ اَنْتَ الَّذِيْ لَايُطَاقُ اِنْتِقَامُهٗ يَا قَاهِرُ پڑھ کر دعا کریں۔ الٰہی فلاں بن فلاں کے مکر و فریب اور اس کے شر سے مجھے بچا''۔ یہ عمل 3 روز تک پڑھنا چاہیے۔

شفائے مریض:

3 روز تک 25 مرتبہ پڑھیں۔ جب بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِيْ لَايَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَيْءٌ فِي الْاَرْضِ وَلَا فِي السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ o پر پہنچیں تو کہیں: يَاشَافِيْ شفا بخش فلاں بن فلاں را از جمیع علل و امراض بحق بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ o

تسخیر حکام: 3 روز تک 21 مرتبہ پڑھیں، جب بِيَدِهٖ مَلَكُوْتُ كُلِّ شَيْءٍ (سورۃ یٰسین آیت نمبر 83) پر پہنچیں تو 70 مرتبہ کہیں ''يَاعَزِيْزُ عزیز گرداں درچشم فلاں بن فلاں۔'' اس کے بعد اَلَمْ نَشْرَحْ ایک بار اور اِنَّا اَنْزَلْنٰهُ 30 بار پڑھیں۔ اس کے بعد جب حاکم کی عدالت یا اس کے مکان پر جائیں، پوری دعا حزب البحر پڑھ کر جائیں۔

ادائیگی قرضہ:

2 دن تک روزانہ 15 مرتبہ پڑھنا چاہیے۔ جب وَارْزُقْنَا فَاِنَّكَ خَيْرُ الرّٰزِقِيْنَ پر پہنچیں تو 70 مرتبہ پڑھیں: ''اَللّٰهُمَّ اكْفِنِيْ بِحَلَالِكَ عَنْ حَرَامِكَ وَ اَغْنِنِيْ بِفَضْلِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ وَ بِطَاعَتِكَ عَنْ جَنَّتِكَ۔''

شادی کی بندش کھولنے کیلئے:

3 روز تک کنویں کے پانی پر جو رات کے وقت نکالا گیا ہو۔ ایک بار پڑھ کر دم کریں۔ جب فَافْتَحْ لَنَا فَاِنَّكَ خَيْرُ الْفَاتِحِيْنَ پر پہنچیں۔ قُلِ اللّٰهُمَّ مٰلِكَ الْمُلْكِ سے بِغَيْرِ حِسَابٍ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 26-27) تک پڑھیں اور اس پانی سے لڑکی کے ہاتھ پاؤں دھو کر پاک جگہ ڈالیں کہ اس پر کسی کا پاؤں نہ پڑے یا بہتے پانی میں ڈال دیں۔

برائے تونگری:

3 روز تک 27 مرتبہ پڑھیں اور جب وَانْشُرْهَا عَلَيْنَا مِنْ خَزَائِنِ رَحْمَتِكَ پر پہنچیں 70 مرتبہ پڑھیں ''يَاغَنِيُّ اَغْنِنِيْ وَارْزُقْنِيْ رِزْقًا حَلَالًا طَيِّبًا وَاسِعًا بِغَيْرِ حِسَابٍ''۔ اور ہر روز 7 فقیروں کو شیرینی یا کھانا حسب استعداد کھلائیں۔ فتوحات کا دروازہ کھل جائے گا۔

برائے کمالِ معرفت و غلبہ حال:

3 روز تک 19 مرتبہ پڑھیں، جب مَرَجَ الْبَحْرَيْنِ يَلْتَقِيٰنِ o بَيْنَهُمَا بَرْزَخٌ لَّا يَبْغِيٰنِ (سورۃ الرحمٰن آیت نمبر 19-20) پر پہنچیں تو 70 مرتبہ لَآ اِلٰهَ اِلَّاۤ اَنْتَ سُبْحٰنَكَ اِنِّيْ كُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِيْنَ o (سورۃ انبیاء آیت نمبر 87) پڑھ کر کہیں: ''اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْئَلُكَ كَمَالَ الْمَعْرِفَةِ وَ حَقِيْقَةَ الْيَقِيْنِ بِرَحْمَتِكَ يَا اَرْحَمَ الرّٰحِمِيْنَ۔''

سلامتی ایمان کیلئے:

3 روز تک دس مرتبہ روزانہ پڑھا کریں۔ حَسْبِيَ اللّٰهُ تا عَظِيْمِ پر پہنچیں 70 مرتبہ یہ دعا پڑھیں: ''اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْئَلُكَ اِيْمَانًا صَادِقًا وَ يَقِيْنًا كَامِلًا وَ قُلْ اَعُوْذُبِكَ مِنْ هَمَزٰتِ الشَّيٰطِيْنِ وَ اَعُوْذُبِكَ رَبِّ اَنْ يَّحْضُرُوْنِ يَا قَاهِرُ ذَالْبَطْشِ الشَّدِيْدِ اَنْتَ الَّذِيْ لَا يُطَاقُ اِنْتِقَامُهٗ يَا قَاهِرُ''

حزب البحر پڑھنے کا طریقہ

دعا شروع کرنے سے پہلے سورۃ الفاتحہ پڑھ کر اس کا ثواب حضرت امام شاذلیؒ کی روح مبارک کو بخشیں اور اگر توفیق ہو فقیر کو صدقہ دیں اور ہر روز اعتصام اختتام کے ساتھ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

زیارت رسول اللہ ﷺ کیلئے: سوتے وقت ایک ہزار مرتبہ سورۃ الکوثر اور ایک ہزار مرتبہ درود شریف پڑھیں۔

اپنے بچے کا حوصلہ بلند رکھیں

اس میں یہ صلاحیت پیدا ہو کہ اپنے رجحانات کو قابو میں رکھ سکے اور اپنی آئندہ زندگی میں نظم وضبط پیدا کر سکے۔ والدین کی حیثیت سے ہم پر یہ فرض بھی عائد ہوتا ہے بچے کی مرضی کو صحیح طور پر ڈھالیں۔ بچے کی قدر و قیمت پر ڈاکہ نہ ڈالا جائے۔

(حشمت خان۔ ایبٹ آباد)

والدین اور بچے آج کل جس طرح سے الجھے ہوئے ہیں اتنے شاید پہلے کبھی نہ رہے ہوں گے۔ بعض والدین نے تو بچوں کو بالکل بے لگام چھوڑ دیا ہے اور بعض ان پر غلاموں اور قیدیوں کی طرح سے ظلم وستم کر رہے ہیں۔ امریکا جو کہ انتہائی ترقی یافتہ ملک مانا جاتا ہے۔ وہاں یہ حال ہے کہ خود امریکا کے دانشوران مظالم سے نالاں ہو رہے ہیں جو والدین اپنے بچوں پر کرتے رہتے ہیں۔ اکثر اوقات انتہائی نیک نیتی کے باوجود بچوں پر سختی ہو جاتی ہے۔ صبر وتحمل کی تلقین کرنا بڑا آسان ہے لیکن خود اس پر عمل کرنا بڑا دشوار ہوتا ہے اور یہاں پر اسی چیز کی شدید ضرورت ہے۔ بچوں کو مہلت اور موقع دینا چاہیے تاکہ ان کی نشوونما ہو سکے اور وہ محبت کرنا سیکھ سکیں۔ اس میں شک نہیں کہ بعض مواقع ایسے بھی آجاتے ہیں جب والدین کے لیے سختی کرنا ناگزیر ہو جاتا ہے۔ ان خطرات کو مارگریٹ اور ویلارڈ بیچر نے اپنی کتاب ''پیرینٹس آن دی سن'' Parent on the Son میں بڑی خوبصورتی سے پیش کیا ہے۔ انہوں نے لکھا ہے کہ پرانے زمانے میں والدین کی حیثیت آقا کی ہوتی تھی اور بچے ان کے غلام ہوتے تھے۔ آج والدین غلام بن گئے ہیں اور بچے آقا بن گئے ہیں۔ آقا اور غلام کے درمیان کسی قسم کا تعاون نہیں ہے لہٰذا جمہوریت کا فقدان ہے۔ بچوں پر انتہائی سختی سے پابندیاں عائد کرنا درست نہیں اور ان کو ہر بات کے لیے بالکل آزاد چھوڑ دینا بھی غلط ہے۔ کیونکہ ان دونوں طریقوں سے بچوں میں خود اعتمادی پیدا نہیں ہوتی۔ جن بچوں کو نہایت سختی سے پالا جاتا ہے وہ یا تو بالکل نکمے ہو جاتے ہیں یا پھر خود سر ہو کر اپنے اردگرد کے لوگوں سے لڑتے رہتے ہیں اور آخر کار اپنی زندگی کو برباد کر ڈالتے ہیں۔ لیکن جو بچے صرف اپنی مرضی کے علاوہ اور کسی کی بات نہیں مانتے وہ خود اپنی خواہشات کا شکار ہو جاتے ہیں۔ بہر صورت وہ غلام ہی ہوتے ہیں۔ اول الذکر ان لوگوں کے غلام ہوتے ہیں جو ان پر حکم چلاتے ہیں اور موخر الذکر قرض خواہوں کے غلام ہوتے ہیں ان دونوں اقسام کے بچوں میں یہ صلاحیت نہیں ہوتی کہ وہ معاشرے کو کسی اچھی بنیاد پر قائم کر سکیں۔ اگر کچی شاخ کو اس طرح سے موڑ دیا جائے کہ درخت ان دونوں غلط سمتوں میں ٹیڑھا نہ ہو تو زندگی بھر کی پریشانی سے بچا جا سکتا ہے۔''

سوال یہ ہے کہ یہ کام کیسے کیا جائے؟ والدین اپنے بچوں کو ان غلط طریقوں سے یعنی انتہائی سختی اور انتہائی نرمی سے کیسے بچائیں؟ اس کوشش میں کون سا فلسفہ کارآمد رہے گا؟ ہمارا مقصد یہ ہے کہ بچے کا حوصلہ پست کیے بغیر اس کی مرضی کو صحیح سمت میں موڑا جائے۔ اس کے لیے ہم کو ''مرضی'' اور ''حوصلہ'' کا فرق سمجھنا چاہیے۔ انسانی شخصیت میں بچے کی مرضی ایک بڑی موثر قوت ہے۔ یہ عقل کی ان چند چیزوں میں سے ہے جو پیدائش ہی کے وقت پوری قوت کے ساتھ آجاتی ہے۔ بچپن کے بارے میں جو تحقیقات کی گئی ہیں انھیں نفسیات کے ایک مشہور رسالے ''سائیکلو جی ٹوڈے'' میں اس طرح سے بیان کیا گیا ہے کہ ''بچہ اپنے آپ کو اس وقت سے پہنچاننے لگتا ہے جب اسے اس حقیقت کا بیان کرنے کے لیے بولنا بھی نہیں آتا۔ وہ عمداً اپنے ماحول پر خاص کر اپنے والدین پر قابو حاصل کرنے کی کوشش کرنے لگتا ہے۔'' جو بچہ اپنی مرضی کا مالک ہے اس کے والدین کے لیے یہ سائنٹیفک انکشاف کوئی نئی بات نہیں، کیوں کہ وہ رات رات بھر اسے گلے سے لگائے ٹہلتے رہے ہیں اور ننھے سے ڈکٹیٹر کا ہر حکم بجالاتے رہے ہیں۔ بعد میں ایک سرکش بچہ خفا ہو کر اس طرح سے اپنی سانس بھی روک سکتا ہے کہ بے ہوش ہو جائے جن لوگوں نے اس قسم کی سرکشی دیکھی ہے وہ سکتے کے عالم میں رہ گئے ہیں۔ حال ہی میں ایک تین سالہ بچے نے یہ کہہ کر اپنی ماں کی بات ماننے سے انکار کر دیا کہ ''جانتی ہو؟ تم صرف میری ماں ہو؟'' ایک دوسری ماں نے اپنے تین سالہ بچے کے بارے میں بتایا کہ جب وہ اسے کچھ کھلانے چلی تو بچے نے انکار کر دیا اور مقابلے پر آمادہ ہو گیا۔ ماں نے جب اصرار کیا تو وہ اتنا خفا ہو گیا کہ اس نے دو روز تک کچھ بھی نہ کھایا۔ چنانچہ کمزور ہو گیا۔ لیکن اس کے باوجود اپنی بات پر اڑا رہا۔ ماں بے چاری پریشان ہو گئی اور اسے خجالت بھی محسوس ہوئی۔ آخر کار مجبور ہو کر باپ نے بچے کو گھور کر دیکھا اور کہا کہ اگر اب کھانے سے انکار کیا تو ایسی پٹائی کروں گا کہ یاد کرو گے۔ یہ ترکیب کارگر ثابت ہوئی اور مقابلہ ختم ہو گیا۔ بچے نے ہتھیار ڈال دیے اور جس چیز پر بھی ہاتھ پڑا اسے کھانے لگا۔

یہاں پر ایک سوال یہ درپیش ہوتا ہے کہ بچوں کی اس طرح کی سرکشی کا تذکرہ اتنا کم کیوں کیا گیا ہے؟ شاید اس کی وجہ یہ ہو کہ بچوں کو عام طور پر فرشتہ صفت تصور کیا جاتا ہے۔ لہٰذا اس قسم کی خامیوں کا تذکرہ مناسب نہیں سمجھا گیا۔ ''مرضی'' نازک اور کمزور نہیں ہوتی۔ جس بچے کے حوصلے پر مخمل کا غلاف چڑھا دیا جاتا ہے وہ بھی اکثر اپنی ''مرضی'' کے معاملے میں فولاد ثابت ہوتا ہے۔ لہٰذا وہ خود اپنے لیے اور دوسروں کے لیے ایک خطرہ بنا رہتا ہے۔ اسی قسم کا آدمی پل پر سے چھلانگ مارنے کی دھمکی دیتا ہے اور پورا شہر اس کی جان بچانے کی کوشش کرتا ہے۔ ہمارے خیال میں ''مرضی'' ایک لچک دار چیز ہے۔ اسے ڈھالا جا سکتا ہے اور ڈھالا جانا بھی چاہیے۔ اس کے ساتھ اسے صیقل بھی کرنا چاہیے تاکہ بچہ ہمارے خود غرضانہ مقاصد کے لیے محض مشینیں بن کر نہ رہ جائے، بلکہ اس میں یہ صلاحیت پیدا ہو کہ اپنے رجحانات کو قابو میں رکھ سکے اور اپنی آئندہ زندگی میں نظم وضبط پیدا کر سکے۔ والدین کی حیثیت سے ہم پر یہ فرض بھی عائد ہوتا ہے بچے کی مرضی کو صحیح طور پر ڈھالیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لیے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

اٹھرا کیلئے: ایک تولہ دھماسہ بوٹی کوٹ کر سفوف بنالیں، تین ماشہ خوراک صبح خالی پیٹ کھالیا کریں اٹھرا کی بیماری جاتی رہے گی۔

اللہ مہربان توکل جہاں مہربان

انہوں نے پوچھا کہ یہ کیسے روپے ہیں تو میں نے سارا واقعہ سنایا تو وہ بڑے حیران ہوئے اور کہا کہ یہ سب اللہ مہربان کی عنایت اور مہربانی سے ہوا حالانکہ میں تو تقریباً ایک ماہ بعد آیا ہوں۔ اللہ رب العزت نے میرا ہمشکل بندہ تمہاری خدمت کیلئے بھیج دیا۔

میری ڈیوٹی ختم ہوئی تو مجھے مرکزی کیمپ سے بلاوا آیا اور واپسی کیلئے کہا گیا اور یہ بھی کہا گیا کہ یہ ٹرک جو کہ تیار کھڑا ہے اگر اس ٹرک میں واپس جانا چاہو تو پشاور جا سکتے ہو مگر میں نے سوچا کہ یہ سڑک جسے شاہراہ ابریشم کہا جاتا ہے، بڑی شاندار سڑک تھی میں نے کہا کہ میں شاہراہ ابریشم کی سیر کرتا ہوا پشاور جاؤں گا۔ اتفاق سے ایک وین جو کہ مانسہرہ کیلئے تیار کھڑی تھی، میں ایک ہی جست میں ویگن کے اندر تھا۔ صرف ایک ہی سواری جو کہ میں تھا، لیکر ویگن سڑک پر دوڑنے لگی۔ اتنی شاندار سڑک، ایسے محسوس ہو رہا تھا جیسے میں ہوائی جہاز میں اڑ رہا ہوں۔

میں ایک دم چونک گیا جب کنڈیکٹر نے ٹکٹ مانگا اور میں نے پوچھا کتنا کرایہ تو جواب آیا 18 روپے میرے تو ہوش ہی اُڑ گئے کیونکہ میرے پاس صرف 20 روپے تھے ناچار دو نوٹ دس دس والے اسے دیئے اور 2 روپے لیکر جیب میں رکھ لیے اور سوچوں میں گم ہو گیا کہ مانسہرہ سے ایبٹ آباد اور ایبٹ آباد سے حسن ابدال اور حسن ابدال سے پشاور، میں کیسے پہنچوں گا؟ اسی پریشانی میں معاً مجھے ایک خیال آیا کہ ہمارے ایک بزرگ عبدالرحمٰن صاحب جو کہ گوجرانوالہ سے مانسہرہ کاروبار کیلئے آتے تھے (عبدالرحمٰن صاحب نوار ڈوری کا کام کرتے تھے)۔ مجھے ان کا خیال آیا کہ یا اللہ تو مُسَبِّبُ الْاَسْبَاب ہے تو مہربانی فرما اور عبدالرحمٰن صاحب کو بھیج دے (میں نے مانسہرہ پہلے کبھی نہیں دیکھا تھا) اس وقت ایک ہی لمبا بازار تھا، ویگن سے میں اترا اور سیدھا اس بازار میں چلتا رہا۔ دور دائیں ہاتھ ایک دکان پر پان بیڑھی وغیرہ لٹکی ہوئی تھیں لیکن وہ صاحب (عبدالرحمٰن) وہاں بھی نہ تھے۔ بڑی مایوسی ہوئی اور اسی طرح دائیں بائیں مذکورہ دکانیں تھیں اور میں اسی طرح آگے اور آگے ہی کی طرف رواں تھا۔

آخری دکان پر جب میں نے دیکھا تو مجھے یقین ہی نہیں آ رہا تھا کہ عبدالرحمٰن صاحب اس وقت اس دکاندار سے ملکر دکان سے اتر رہے تھے۔ مجھ پر نظر پڑی اور میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ میں تقریباً خوشی سے اچھل پڑا۔ خیر میں ان سے ملا، مصافحہ کیا۔ انہوں نے حال احوال پوچھا تو میں نے پورا واقع سنایا اور میں نے کہا کہ میں اللہ سے دعا کر رہا تھا کہ وہ مہربان آپ کو بھجوا دے اور ویسا ہی ہوا تو جواب میں کہا کہ اسی نے مجھے بھیجا ہے۔

پھر وہاں سے ہم جی ٹی ایس کے اڈے (ایبٹ آباد کیلئے) گئے۔ راستے میں انہوں نے پوچھا کہ کھانا کھایا یا نہیں میں نے نفی سے سر ہلایا تو انہوں نے کنٹین سے کھانا منگوایا اور وہ میں نے اکیلے ہی کھایا۔ بقول ان کے وہ دکاندار کے ساتھ کھا کر آئے تھے۔ بعد میں انہوں نے درجن مالٹے بھی لیے اور بس کے ٹکٹ بھی۔ مجھے تو معلوم نہ ہوا مگر جب ہم ایبٹ آباد پہنچے تو انہوں نے کہا کہ میرا یہاں شہر میں کوئی کام ہے آپ جائیں، میں شام تک فارغ ہوں گا۔ انہوں نے مجھے پچاس کا نوٹ دیا کہ راستے میں کام آئیں گے جو کہ میں نے لے لیے۔ میں نے ان کو اور انہوں نے مجھے خدا حافظ کہا اور ہم ایک دوسرے سے رخصت ہو گئے۔ تقریباً ایک ہفتہ بعد وہ صاحب (عبدالرحمٰن) پشاور تشریف لائے میں ان سے بڑی گرم جوشی سے ملا اور پچاس کا نوٹ انہیں دیا۔ انہوں نے پوچھا کہ یہ کیسے روپے ہیں تو میں نے سارا واقعہ سنایا تو وہ بڑے حیران ہوئے اور کہا کہ یہ سب اللہ مہربان کی عنایت اور مہربانی سے ہوا حالانکہ میں تقریباً ایک ماہ بعد آیا ہوں۔ یہ اسی کا کام اور وقت قبولیت تھا......... کہ اللہ رب العزت نے میرا ہمشکل بندہ تمہاری خدمت کیلئے بھیج دیا۔ اللہ مہربان توکل جہاں مہربان۔ (عارف عزیز۔ ملتان)

مچھروں سے نجات پانے کا آسان ٹوٹکہ

نیم کی نمولیاں کوٹ کر سرسوں کے تیل میں جلائیں، پھر یہ تیل لگائیں، مچھر نزدیک نہ آئے گا یا نیم کے پتوں کی دھونی دیں اس سے مچھر بھاگ جاتے ہیں۔ (غلام قادر ہراج، جھنگ)

چقندر سے پوچھیں

اس کا جوشاندہ ٹھنڈا کر کے آنکھیں دھونے سے جلن دور ہوتی ہے، اسی طرح سے جسم دھونے سے خارش دور ہوتی ہے۔

(حکیم محمد اصغر سراج)

سردیوں کی یہ سبزی پاکستان میں ہر جگہ ملتی ہے اور لوگ اسے مختلف انداز میں استعمال کرتے ہیں۔ خوش رنگ، سرخ اور گہرے سبز کرارے پتوں کی سبزی، پتوں سمیت کھانے سے جسم کو کوئی اہم غذائی اجزا ملتے ہیں۔ چقندر دو قسم کے ہوتے ہیں بطور سبزی کھائے جانے والے اور شکر سازی میں استعمال ہونے والے۔ یورپ میں اس قسم سے شکر تیار کی جاتی ہے کیونکہ اس کے رس میں مٹھاس بہت ہوتی ہے۔ اس کو جانوروں کے چارے کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ فرانس اور سوئزر لینڈ میں اسے جانوروں کو توی اور خوب صورت بنانے والا چارا سمجھا جاتا ہے۔ چقندر میں حیاتین ب' حیاتین ج' پروٹین' کیلشیم' فاسفورس کے علاوہ فولاد بھی ہوتا ہے۔ گاجر کی طرح میٹھی چقندروں میں 10 فیصد شکر ہوتی ہے جو گلوکوز کی طرح فوراً خون میں شامل ہو کر توانائی بخشتی ہے۔

مغربی جڑی بوٹیوں کے ماہرین کے مطابق چقندر سے ہضم کی طاقت بڑھتی ہے اور جگر کا فعل چست ہوتا ہے۔ خاص طور پر کمزوری سے ہونے والا سر کا درد دُور اور دماغ کو توانائی ملتی ہے۔ اس کا جوشاندہ ٹھنڈا کر کے، اُس سے آنکھیں دھونے سے جلن دور ہوتی ہے۔ اسی طرح اس سے جسم دھونے سے خارش دور ہوتی ہے۔ اس مقصد کیلئے اس کے پانی میں اصلی سرکہ شامل کرتے ہیں۔ چقندر اور اس کے پتوں کے جوشاندے سے سر دھونے سے خشکی' بھوسی دور ہوتی ہے اور مسلسل استعمال کرتے رہنے سے بالوں کے جھڑنے کا سلسلہ رک جاتا ہے اور بال لمبے ہوتے ہیں۔

چقندر کو اب سرطان کیلئے بھی مفید سمجھا جا رہا ہے۔ خاص طور پر اس میں موجود لائیکوپین جیسے مانع تکسید جز کی وجہ سے سرطان کیلئے بہت مفید قرار دیا جا رہا ہے۔ جرمنی میں معالجین اس کے مریضوں کو روزانہ کم از کم ایک کلو چقندر کھانے کا مشورہ دیتے ہیں۔ چقندر خاص طور پر نظام تنفس کی صحت کیلئے بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ طب کے لحاظ سے یہ ملین ہوتا ہے' یعنی اس کے کھانے سے قبض دور ہوتی ہے۔ مٹھاس زیادہ ہونے کی وجہ سے یہ ذیابیطس کے مریضوں کیلئے مناسب نہیں ہوتا۔

دیسی گھی سے الرجی اور ناک کی بڑھی ہڈی کا علاج

میرے محسن منصور صاحب کہنے لگے ایسے لوگ جو دماغی کمزوری، یاداشت میں کمی اور اعصابی کھنچاؤ کا شکار رہتے ہوں، دیسی گھی ڈراپر میں ڈال کر ناک میں قطرہ قطرہ ڈالنا انہیں ایسی صحت دے گا کہ دیکھنے اور سننے والے حیران رہ جائیں گے۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں! آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

1965ء کی بات ہے کہ ایک حکیم صاحب کا بڑا چرچا تھا جو حکیم کبوتر والا کے نام سے مشہور تھا۔ میرا ایک ہمسایہ اختر جو میرا دوست بھی تھا۔ اس کو ناک بند ہو جانے کی بہت سخت تکلیف تھی۔ اس نے اس وقت کے مشہور ڈاکٹر اسد اللہ لون سے وقت لیا۔ ہم ڈاکٹر کو ملنے کیلئے جا رہے تھے کہ یکدم مجھے راستے ہی میں حکیم کبوتر والے کا خیال آیا۔ ہم پہلے ان کے پاس گئے وہ اس وقت اپنے کبوتروں میں مشغول تھے اور ان کو اڑا رہے تھے۔ ہم نے اسی مشغولیت میں ان سے بیماری کا عرض کیا تو انہوں نے کبوتر اڑاتے اڑاتے جواب دیا کہ کیا معاذ اللہ ”اللہ پاک کا کارخانہ خراب ہوگیا ہے یا ڈائی خراب ہوگئی ہے“۔ یہ کچھ بیماری نہیں صرف خشکی ہے۔ اس کا آسان علاج یہ ہے کہ صرف گائے کا خالص گھی جو صرف گائے کا ہی ہو لے کر رات سوتے وقت دونوں طرف ناک میں 2,2 قطرے ڈالیں۔ (دیسی گھی کی خوبی ہے باڈی ٹمپریچر پر پگھل جاتا ہے) اس نے 15 دن کیا۔ اس کے بعد کافی لمبا عرصہ یعنی سالہا سال ہم اکٹھے رہے اس کو وہ شکایت نہیں رہی (یعنی 6 سال تک اکٹھے رہے پھر اس کو ناک کے بند ہونے کا عارضہ نہیں ہوا)۔

ضرورت کے وقت میں نے خود بھی استعمال کیا، ناک کھل گیا۔ کئی احباب جو ناک کی ہڈی بڑھنے' ناک بند ہونے کی شکایت کرتے تھے کا انہیں بتایا، وہ بغیر آپریشن کے تندرست ہوگئے۔

قارئین یہ مکالمے کے انداز میں جو بھی گفتگو ہمارے دوست دلبر صاحب کے درمیان ہوئی وہ من وعن آپ کی خدمت میں عرض کر دی ہے نسخہ کیا ہے؟ راز کیا ہے؟ جستجو کیسے کی اور آخر نسخہ حاصل کیسے کیا، یہ سب کچھ آپ کے سامنے عرض کرتا ہوں۔

طب دراصل ایک مکمل تحقیق جستجو اور تلاش مسلسل کا نام ہے۔ قارئین یقین جانیے ہر طبیب اپنے مزاج میں جستجو ضرور رکھتا ہے۔ وہ اس تلاش کی وجہ سے مارا مارا پھرتا ہے یہاں تک کہ اسے اگر مال جان اور وقت خرچ کرنا پڑے تو ضرور کرتا ہے۔ ایک دفعہ بندہ کے جاننے والے کو کسی صاحب سے علم طب سیکھنا تھا۔ اس کے گھر کے چکر لگائے۔ ایک دن استاد نے مطالبہ کیا کہ میرا گھر زیر تعمیر ہے اگر اسے بنانے میں بطور مزدور آپ میری مدد کریں تو شاید میں آپ کو علم سکھانے میں مدد کروں۔ 21 دن تک اس کے ہاں اینٹوں اور گارے کی مزدوری کی۔ اس کی خدمت کا بدلہ استاد نے واقعی اتارا اور پورا علم اور چند عجیب وغریب ٹوٹکے عطا فرمائے۔ قارئین جو ٹوٹکے بہت محنت اور مشقت کے بعد حاصل ہوتے ہیں وہ میں بغیر بخل کے آپ کی خدمت میں پیش کر دیتا ہوں۔ ویسے بغیر محنت کے اکثر قدر نہیں ہوتی۔ دیسی گھی کا یہ ٹوٹکہ جو آپ کی خدمت میں ایک مخلص، صالح دوست کی زبانی عرض کیا ہے۔ ناک، کان اور گلے کے امراض میں ایک حتمی اور آخری نسخہ ہے۔ ناک کے وہ امراض جس کا علاج معالجہ سرجری تجویز کرتے ہیں۔ پھر سرجری کرا کے بھی صحت نہیں ملتی تو ان لوگوں کے لیے یہ طبی ٹوٹکہ نہایت کارآمد ہے۔ ہاں کچھ عرصہ استعمال کریں اور اس کی کرامات دیکھیں۔ ناک کی ہڈی بڑھی ہو، ناک بند ہو، خراٹے ایسے کہ خطرناک صورت اختیار کر گئے ہوں کہ تمام گھر والے عاجز آ چکے ہیں۔ چھینکوں کا طوفان کہ ایک وقت میں 30,30 چھینکیں آتی ہوں اور کسی اینٹی الرجی گولی سے درست نہ ہوتی ہوں۔

میرے محسن منصور صاحب کہنے لگے ایسے لوگ جو دماغی کمزوری' یاداشت میں کمی اور اعصابی کھنچاؤ کا شکار رہتے ہوں، دیسی گھی ڈراپر میں ڈال کر ناک میں قطرہ قطرہ ڈالنا انہیں ایسی صحت دے گا کہ دیکھنے اور سننے والے حیران رہ جائیں گے۔

اس عمل کے تجربات مسلسل مل رہے تھے۔ استعمال کرنے والے مطمئن اور خوش تھے۔ ایک صاحب کہنے لگے میں بے خوابی ڈپریشن اور ٹینشن میں مبتلا تھا حتیٰ کہ نیند نہ آنے کی وجہ سے آنکھوں اور سر میں درد رہنے لگا۔ جب سے یہ دیسی گھی کا ٹوٹکہ استعمال کیا، خود حیران ہوں کہ میں نے تو اپنے آپ کو مایوس مریض سمجھ لیا تھا، کیسے شفایاب ہوگیا؟

آپ بھی استعمال کریں۔ دیسی گھی صرف گائے کا ہی ہو اور کچھ عرصہ ناک میں ڈالیں اور پھر رحمت الٰہی کے کرشمے دیکھیں۔

مخلوقات میں محبوب بنیں

جب کسی حاکم کے پاس جانا ہو تو دل ہی دل میں حروف تہجی کو ترتیب وار پڑھ کر حاکم کی طرف دم کر دو۔ انشاء اللہ حاکم مہربان ہو جائیگا۔

اگر کسی خاص شخص کو اپنا فرمانبردار اور مسخر کرنا مطلوب ہو۔ مثلاً حاکم وغیرہ کو تو لازم ہے عروج ماہ میں کسی دن صبح اٹھے اور غسل کر کے گندم کے ہزار دانے لیکر جو عمل شروع کرنے سے پہلے دھو کر تیار رکھے ہوئے ہونگے، بیٹھ جائے اور صدق دل سے مسخر کرنے والے آدمی کی شکل کا تصور کر کے ”یَارَحْمٰنُ کُلِّ شَیْءٍ وَّ رَاحِمَهٗ یَارَحْمٰنُ“ ایک ایک مرتبہ پڑھ کر ایک ایک دانہ پر دم کرتا جائے۔ یہاں تک کہ سب دانے پورے ہو جائیں۔ پھر ان دانوں کو احتیاط کے ساتھ کسی محفوظ جگہ پر رکھ دے۔ دوسرے دن پھر اسی طرح غسل کر کے بیٹھ جائے اور ایک ایک مرتبہ پڑھ کر ایک ایک دانے پر دم کرتا جائے۔ علیٰ ہذا القیاس تیسرے دن بھی بعد غسل کے اسی طرح کرے۔ تصور ضروری ہے۔ اوّل وآخر درود شریف بھی پڑھے۔ تین دن کے بعد دانوں کو کسی مٹی کے پاک کورے برتن میں بند کر کے پاک پانی ڈال کر جوش دے۔ اور پھر اسی برتن کو معہ دانوں کے اسی طرح بند کا بند ہی معہ سرپوش کے کسی ویران کنوئیں میں ڈال دے۔ انشاء اللہ حاکم مطیع و مسخر ہو گا۔ خواہ کیسا ہی سنگدل اور بر سر غضب کیوں نہ ہو، تابعدار ہو جائے گا۔ مجرب ہے۔

اگر کوئی شخص چاہے کہ تمام مخلوقات اس کی عزت کرے اور اس کے ساتھ لطف سے پیش آئے تو لازم ہے کہ بکمال وضو غسل وطہارت کوئی وقت مقرر کر کے تین دفعہ روزانہ ذیل کا عمل پڑھ لیا کرے۔ تمام مخلوقات انشاء اللہ العزیز مسخر ہوگی۔ اور جو کچھ کہے گا اسی کی تابعداری کرے گی، عمل یہ ہے۔ اوّل تین مرتبہ کوئی درود شریف پڑھو۔ پھر تین مرتبہ **قُلْ حَسْبِیَ اللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَیْهِ تَوَکَّلْتُ وَ هُوَرَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ۝** پھر تین مرتبہ **لَیْسَ کَمِثْلِهٖ شَیْءٌ وَ هُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ ۝** پھر پانچ مرتبہ **اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَ بَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ** (بقیہ صفحہ نمبر 38)

اسم اعظم کسی برائے ہر کام: اپنے نام کے اعداد کے موافق طاق عدد اسماء الٰہی کا ورد ہر نماز کے بعد ایک تسبیح ضرور کریں۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

اچھائیوں کو انتہا تک لے جایا جا سکتا ہے۔ غصے سے گریز کریں اور غصے کے وقت اپنے ہوش و حواس پر مکمل قابو رکھیں۔ لوگوں کی عزت کرتے ہوئے ان کے ساتھ نیک سلوک کریں اور بدلہ لینے سے گریز کریں۔

خوف کی جگہ اعتماد

مجھ میں بچپن سے ہی بہادری، خود اعتمادی بالکل نہیں۔ لوگوں سے ڈرتا ہوں۔ اس کے علاوہ ایک اور خوف ہے جو میرے کام میں حائل ہے، وہ ہے سائیکل چلاتے ہوئے ڈر لگتا ہے۔ لوگ میرے کام اور اخلاق کو دیکھتے ہوئے مجھے ملازمت دے دیتے ہیں لیکن جب سائیکل چلانے کے بارے میں پوچھتے ہیں تو خاموش ہو جاتے ہیں۔ پیدل چل کر بہت سوچتا ہوں کہ سائیکل چلانا سیکھ لوں، میرا ہی فائدہ ہے۔ پھر خیال آتا ہے ٹریفک کے نیچے نہ آ جاؤں، درد اور چوٹوں کا احساس ہوتا ہے۔ (جنید......ملتان)

اگر سڑک پر چلتے ہوئے ٹریفک کا خوف کرتے رہے تو سائیکل نہ چلا پائیں گے۔ اس خوف پر قابو پانے کیلئے سائیکل پر بیٹھ جائیں اور چلانے کی کوشش کریں۔ پہلی بار میں ہی سڑک پر آنے کی ضرورت نہیں۔ پہلے ان راستوں پر چلائیں جہاں ٹریفک نہ ہو، پھر کم ٹریفک والی سڑکوں پر آئیں لیکن زیادہ ٹریفک والی سڑک پر اس وقت چلائیں جب مکمل سیکھ لیں۔ انسان کا یہ خوف اس وقت تک رہتا ہے جب تک وہ اسے اپنے دماغ پر حاوی رکھتا ہے۔ جیسے ہی وہ اس خوف پر حاوی آتا ہے، خوف ختم ہو جاتا ہے۔ بچپن سے تو کوئی بھی بہادر نہیں ہوتا، ہر بچہ ڈرتا ہے، وقت کے ساتھ ہی ڈر ختم ہو جاتا ہے اور اس کی جگہ اعتماد آ جاتا ہے۔

بزرگوں کا ادب

ہمارے خاندان میں بزرگوں کی بہت زیادہ عزت کی جاتی ہے، خاص طور پر دادا یا نانا کے سامنے اونچی آواز میں بول بھی نہیں سکتے۔ والدین کی بات بھی ماننی فرض ہوتی ہے۔ ایسے ماحول میں رہتے ہوئے مجھے ایک لڑکی سے محبت ہو گئی مگر میں نے شادی کا وعدہ نہیں کیا کیونکہ مجھے معلوم تھا کہ یہ وعدہ پورا نہ ہو سکے گا۔ اب میں اس سے ملنا کم کر رہا ہوں، اس کے ساتھ ہی اپنے خاندان کے بزرگوں کے بارے میں عجیب عجیب خیالات آ رہے ہیں۔ رات کو نیند بھی نہیں آتی، قریبی عزیزوں کی موت نظر آتی ہے۔ صبح اٹھ کر بھی بے چین رہتا ہوں۔ (وقاص......بلوچستان)

آج کل آپ تکلیف دہ ذہنی کیفیت سے گزر رہے ہیں، اس لیے خیالات بھی متاثر ہیں۔ بزرگوں کے سخت رویے نے ذہنی طور پر اتنا بوجھل کر دیا کہ ان کے بارے میں بھی عجیب خیالات آنے لگے جبکہ درحقیقت آپ ان کی عزت کرتے ہیں اور کبھی انہیں کسی تکلیف دہ حالت میں دیکھنا بھی پسند نہیں کرتے۔ یہ تو ہے شعوری کیفیت لیکن لاشعوری سور پر ذہن ان کی یہ بات ماننے پر مزاحمت کر رہا ہے اور یہ کیفیت خیالوں سے ظاہر ہو رہی ہے۔ آپ حقائق پر غور کیجئے کہ آپ کے اپنے حق میں کیا بہتر ہے؟ والدین کی فرمانبرداری سے اچھی اور کوئی بات نہیں۔ بزرگوں کی عزت بھی کرتے رہیں۔ لڑکی سے ملنا فوری طور پر ترک کر دینا چاہیے اور پھر جلد ہی خود کو اچھی سرگرمیوں میں مصروف کر لیں۔

احساس کمتری

میں نے اپنے پرانے دوستوں سے ملنا چھوڑ دیا ہے۔ وہ مجھ سے آگے بڑھ گئے ہیں۔ آفس میں کچھ اچھے لوگوں سے دوستی ہوئی، اب ان سے بھی دور ہوتا جا رہا ہوں کیونکہ پہلے عہدے میں وہ میرے برابر تھے اور اب میں وہیں ہوں اور ان کا عہدہ مجھ سے بڑھ گیا ہے۔ میری طبیعت کچھ ٹھیک نہیں تھی، میں نے چھٹیاں کر لیں۔ اس طرح میری ترقی روک دی گئی۔ وہ تو شکر ہے کہ ملازمت رہ گئی ورنہ فارغ بھی ہو سکتا تھا۔ دراصل میں لوگوں کو اس وجہ سے چھوڑ دیتا ہوں کہ ان کے سامنے مجھے اپنی ذات غیر اہم محسوس ہوتی ہے اور یہ ہے بھی حقیقت کہ میں اپنے افسر تو کیا ماتحت کی توجہ بھی حاصل نہیں کر سکتا۔ (محمد ذاکر......لاہور)

جواب: اپنے اور دوسروں کے بارے میں حقائق کو تسلیم کر لینے کا رویہ موجودہ احساس سے نجات دلا سکتا ہے۔ جن لوگوں نے ترقی کی، انہوں نے محنت بھی کی ہو گی، جبکہ آپ نے کسی بھی وجہ سے چھٹیاں کی تھیں، اس لیے ملازمت کے وہ فوائد حاصل نہ ہو سکے جو دوسروں نے حاصل کر لیے۔ آپ کو ان کی حوصلہ افزائی کرنی چاہیے اور اپنے بارے میں بھی اچھا سوچیں۔ آئندہ زیادہ توجہ سے کام کریں، صلاحیتوں کا بہترین استعمال آگے بڑھنے میں مددگار ہو گا۔

مجھے پتہ تو چلے

یونیورسٹی کا طالب علم ہوں۔ سوچتا ہوں مجھ میں کوئی کمی ہے لیکن کیا کمی ہے؟ یہ نہیں معلوم۔ اتنی ہمت ہے کہ اپنے اندر کی خامی کو دور کر سکوں اور کمی کو پورا کر لوں۔ مجھے پتا تو چلے۔ کوئی رہنمائی تو ہو، لوگوں سے محبت، عزت اور شفقت کی خواہش ہے مگر مایوسی ہوتی ہے، ہر چیز میں انتہا تک جانا چاہتا ہوں۔ مثلاً مذہب، انصاف، محبت، تعلیم وغیرہ۔ بچپن سے جھوٹ بولتا ہوں۔ پکڑا جاتا ہوں تو جھوٹ بولتا ہوں، چاہتا ہوں کہ غصہ نہ کروں لیکن جب کوئی ایسا معاملہ آتا ہے تو ذہن ماؤف ہو جاتا ہے۔ (ناصر خان......پشاور)

جواب: تحریر سے ہی شخصیت کی کمزوریوں کا اندازہ ہو رہا ہے۔ مثلاً جھوٹ بولنا، انتہا پسندی، غصہ کرنا، لوگوں سے اچھے سلوک کی توقع رکھنا وغیرہ۔ کوشش کریں کہ کیسی ہی صورتحال ہو، سچ بولنا ہے۔ جہاں تک انتہا تک پہنچنے کی بات ہے تو اپنی تمام ذمہ داریوں کو خوش اسلوبی سے نبھاتے ہوئے، اچھائیوں کی انتہا تک لے جایا جا سکتا ہے۔ غصے سے گریز کریں اور غصے کے وقت اپنے ہوش و حواس پر مکمل قابو رکھیں۔ لوگوں کی عزت کرتے ہوئے ان کے ساتھ نیک سلوک کریں اور بدلہ لینے سے گریز کریں۔ وقت آپ کو اہم ثابت کر دے گا۔

// چہرے پر چمک پیدا کرنے کے لیے //

کچھ لوگوں کے چہرے نقوش کے اعتبار سے تو جاذب رکھتے ہیں مگر چمک نہیں رکھتے۔ یہ نسخہ سب استعمال کر سکتے ہیں۔ اس کے لیے عورت و مرد کی تمیز نہیں۔ لیموں کا رس ایک چمچ، زعفران چند پتیاں (پسی ہوئی) روغن زیتون، ایک چمچ سب کو ملا کر رکھ لیں رات کو سوتے وقت چہرے پر لگائیں۔ روزانہ چند دن ایسا کرنے سے چہرے کی جلد چمک اٹھے گی۔ (شہباز احمد۔ شاہ دولہ روڈ گجرات)

آنکھوں کی سرخی کیلئے: برف کی ٹکور کرنے سے آنکھوں کو ٹھنڈک محسوس ہوتی ہے اور آنکھوں کی لالی دور ہو جاتی ہے۔

ایک مجرب عمل سے میری کامیابی

چچا مجھے کہنے لگے کہ میں اس شخص کا بل بنا رہا ہوں اور اذان کا بھی وقت ہو رہا ہے۔ کیا تمہیں اذان آتی ہے؟ میں نے ان کو اذان سنائی اور چچا نے مجھے لاؤڈ سپیکر کی چابی دے کر کہا کہ جاؤ اور وضو کر کے اذان دے دو اور یہ میری زندگی کی پہلی اذان تھی

(سبحان اللہ یوسف زئی، صوابی)

یہ اس وقت کی بات ہے جب میں آٹھویں جماعت میں پڑھتا تھا اور اسکول سے آنے کے بعد اپنے چچا کے ساتھ ان کی دکان ملک جنرل اسٹور پر بیٹھتا تھا۔ وہیں پر ان سے قرآن پاک بھی سیکھتا تھا، دکان میں ریڈیو بھی پڑا تھا جس پر ہم خبریں سنتے تھے۔

ایک دن ریڈیو پر کوئی اسلامی پروگرام چل رہا تھا۔ دوران بیان مولوی صاحب نے ایک بات کہی کہ اگر کسی کو کوئی بھی حاجت ہو اور وہ چاہے کہ وہ پوری ہو جائے تو اول و آخر درود شریف ایک مرتبہ، سورۃ فاتحہ ایک مرتبہ اور سورۃ اخلاص تین مرتبہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔ ان شاء اللہ حاجت پوری ہو جائیگی۔

جب میں نے یہ سنا تو میری خوشی کی انتہا نہ رہی مجھے اذان دینے کا بہت شوق تھا اور ان دنوں میرے چچا ہمارے محلے کی مسجد میں اذان دیا کرتے تھے۔ ایک دن ایک شخص ہماری دوکان پر سودا لینے آیا تھا۔ اس وقت عصر کا ٹائم تھا۔ چچا نے مجھے گودام سے کوئی چیز لانے کو کہا۔ میں نے ادھر گودام میں بھی مذکورہ عمل پڑھ کر یہ دعا مانگی کہ اے اللہ آج اذان میں دے دوں۔ جب گودام سے آیا تو چچا مجھے کہنے لگے کہ میں اس شخص کا بل بنا رہا ہوں اور اذان کا بھی وقت ہو رہا ہے۔ انہوں نے مجھ سے پوچھا کہ کیا تمہیں اذان آتی ہے؟ میں نے ان کو اذان سنائی اور چچا نے مجھے لاؤڈ سپیکر کی چابی دے کر کہا کہ جاؤ اور وضو کر کے اذان دے دو اور یہ میری زندگی کی پہلی اذان تھی۔

دوسری مرتبہ میں نے یہ عمل اس وقت آزمایا جب میں اپنی نوکری کے سلسلے میں ملیر کینٹ کراچی میں تعینات تھا۔ میرے چھوٹے بھائی حیات اللہ کی شادی (صوابی صوبہ سرحد) میں ہوئی تھی۔ میں چاہتا تھا کہ میں بائی روڈ دھکے کھانے سے بچ کر بائی ایئر سرکاری طور پر جہاز میں بیوی بچوں سمیت چلا جاؤں۔ بہت کوشش کی، سفارشیں کروائیں لیکن کام نہ بنا۔ اچانک عملِ مجرب کی طرف خیال چلا گیا۔ بس پھر کیا تھا عملِ مذکورہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگی کہ یا اللہ بیوی بچوں سمیت جہاز پر چلا جاؤں اور یقین کریں کہ اللہ تعالیٰ نے ایسا سبب بنایا کہ میں اپنے اس مقصد میں بھی کامیاب ہو گیا۔

تیسری مرتبہ بھی میں نے کراچی میں بھی اس کو مجرب پایا۔ اس کی تفصیل کچھ یوں ہے کہ لائبریری میں حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب کی چند کتب پڑھنے کا اتفاق ہوا۔ کتابیں کیا پڑھیں کہ اس مردِ مومن کا غائبانہ عاشق ہو گیا اور یہ پتہ چلانے میں لگ گیا کہ پتہ نہیں حکیم صاحب اب اس دنیا میں ہونگے بھی یا نہیں اور اگر ہونگے بھی تو نہایت ہی ضعیف العمر ہونگے کیونکہ ظاہر ہے اتنی ریسرچ جو کی ہے۔ بہر حال بڑی مشکل سے حکیم صاحب کا پتہ چلا کر ان سے بات کر کے ملاقات کی خواہش ظاہر کی اور یہ حُسنِ اتفاق تھا کہ اگلے دن حکیم صاحب نے کراچی آنا تھا۔ حکیم صاحب نے بڑی شفقت سے ایڈریس سمجھایا اور اگلے دن میں حکیم صاحب کے پاس پہنچ گیا۔ مریضوں کی قطار میں خاکسار بھی اپنی باری کے انتظار میں بیٹھ گیا۔ جب باری آئی اور حکیم صاحب کو دیکھا تو بالکل ہی میرے خیال کے متضاد، ایک نورانی شکل خوبرو جوان تھے۔ جن کی عمر کا اندازہ میں نہیں لگا سکا۔ وہ 30 کے بھی لگتے تھے 35 کے بھی 45-40 کے بھی لگتے تھے۔

بہر حال میں نے ان کو اپنے آنے کا مقصد بتایا۔ انہوں نے مجھے کہا کہ اگر مجھ سے روحانی طور پر کچھ لینا چاہتے ہو تو ابھی بہت رش ہے، انتظار کرو۔ میں نے کہا ٹھیک ہے۔ نماز ظہر کا وقت ہو گیا ہے تو میں قریبی مسجد میں گیا۔ ادھر ہی عمل مجرب کا خیال آیا۔ فوراً ہی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگی کہ یا اللہ طارق صاحب مجھے توجہ دے دیں۔ جب دوبارہ حکیم صاحب نے مجھے بلایا تو انہوں نے کہا کہ تیرے پاس جتنے عملیات ہیں اور مجربات ہیں ایک کاغذ پر لکھ لو۔ میں نے لکھ دیے اور یہ عمل مجرب بھی لکھ دیا۔ حکیم صاحب نے پوچھا کہ یہ عملِ مجرب کتنی مرتبہ آزما چکے ہو؟ میں نے کہا 2 دفعہ آزمایا ہے بالکل ہی مجرب نکلا۔ ابھی تیسری مرتبہ آج آپ پر پڑھا ہے دیکھتا ہوں کہ کام کرتا ہے یا نہیں۔ حکیم صاحب یہ سن کر مسکرائے اور کہا کہ دیکھو مجھ پر بھی چل گیا اور میں تمہیں اتنی توجہ دے رہا ہوں۔ وہاں پر جو لوگ بیٹھے تھے وہ بھی حیران تھے کہ حکیم صاحب ایک اجنبی کو اتنا وقت اور توجہ دے رہے ہیں۔ بلکہ وہاں حکیم صاحب کے سٹاف میں ایک شخص تھا جس کا نام ابھی مجھے یاد نہیں صرف اتنا یاد ہے کہ اس نے مجھے چائے بھی پلائی اور بار بار مجھے کہتا تھا کہ سبحان بھائی آپ میں ضرور کوئی خاص بات ہے، جس کی وجہ سے حکیم صاحب پہلی ملاقات میں آپ کو اتنی اہمیت دے رہے ہیں۔ بہر حال قصہ مختصر حکیم صاحب واپسی کے وقت ائیر پورٹ تک مجھے ساتھ لے گئے اور راستے میں مجھے مختلف قسم کے عملیات کے بارے میں بتاتے رہے اور جہاز پر سوار ہونے تک بار بار مجھے تاکید کرتے رہے کہ سبحان فون پر رابطہ رکھنا۔

لیکن سبحان بدقسمت دنیا داری میں ایسا پھنس گیا کہ پھر اس مردِ مومن سے نہ رابطہ کر سکا اور نہ ہی ملاقات۔ بس صرف انکی کتابیں اور عبقری پڑھ رہا ہوں۔ آخر میں قارئینِ عبقری سے التماس ہے کہ آپ بھی اپنے جائز مقاصد کے لیے اس عملِ مجرب کو ضرور آزمائیں اور مجھے اپنی دعاؤں میں ضرور یاد رکھیں۔

میاں بیوی میں محبت کے لیے

گھریلو نا چاقی یا میاں بیوی میں محبت کے لیے روزانہ صبح کی نماز پڑھ کر 7 دن (بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ) 786 مرتبہ پانی یا میٹھی چیز پر دم کر کے کھلائیں ان شاء اللہ ان دونوں کے درمیان لڑائی ختم ہوگی اور محبت بڑھ جائے گی۔

(مرسلہ: محمد دلشاد ثاقب۔ ملتان)

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کُتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہوگئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جوابدہ نہیں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

یورک ایسڈ کی زیادتی | خواتین کی کمر درد | شب کوری | دماغ پر اثر | بالوں کا مسئلہ

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ**: وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

یورک ایسڈ کی زیادتی

میں چھ ماہ سے بازوؤں اور ٹانگوں کے جوڑوں کے درد میں مبتلا ہوں۔ صبح بیدار ہوتی ہوں تو سارا جسم سوجن میں مبتلا ہوتا ہے۔ درد والے حصے پر زیادہ سوجن' نیلاہٹ اور خون کی نالیوں میں درد ہوتا ہے۔ زیادہ درد رات کو ہوتا ہے۔ جب بھی سردی لگے، درد شروع ہو جاتا ہے۔ میں نے ڈاکٹروں کو بھی چیک کروایا ہے۔ بعض نے گنٹھیا' اینتھریکس اور یورک ایسڈ کی زیادتی بھی بتائی ہے۔ (ایک بہن، لاہور)

جواب: بہن آپ مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ افاقہ ہوگا۔ معجون فلاسفہ ایک چمچ دن میں 4 بار استعمال کریں۔ انجیر 7 دانے صبح وشام کھائیں۔ کلونجی نصف چمچ صبح وشام لیں۔ یہ نہایت اکسیر نسخہ ہے' اب تک جس کو بتایا ہے نہایت فائدہ ہوا ہے۔ بے شمار معذور اور لاچار مریض تندرست ہو گئے ہیں اور صحت مند بھی۔ آپ بھی توجہ اور دھیان سے یہ نسخہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ کم از کم 2 ماہ۔ کھٹی' ٹھنڈی' بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

شب کوری

میرا مسئلہ یہ ہے کہ جیسے جیسے رات ہونا شروع ہوتی ہے مجھے کم دکھائی دینے لگتا ہے اور ریفلیکشن کا بھی چکر ہے۔ اس کے علاوہ جب چیز بالکل قریب آجاتی ہے تو تب معلوم پڑتا ہے مثلاً ٹریفک وغیرہ۔ رات کو کاروں کی لائٹ سے عام لوگوں کی نسبت آنکھیں زیادہ چندھیا جاتی ہیں اور کچھ نظر نہیں آتا۔ گردن میں بھی درد رہتا ہے۔ تقریباً 10 سال پہلے میرا ایکسیڈنٹ ہوا تھا' اس ایکسیڈنٹ میں میری ناک کی ہڈی ٹوٹ گئی تھی اور مجھے اس وقت سے یہ مسئلہ لاحق ہے۔ (کاشف، پنڈی)

جواب: طبی زبان میں اس مرض کو شب کوری کہتے ہیں۔ آپ ایک عمل کریں۔ بکرے کی تلی روزانہ تازہ لے کر اس پر سورۃ والضحیٰ 7 بار پڑھ کر' پکا کر کھا لیں اور چند ماہ تک یہ عمل کریں لیکن یہ عمل روزانہ ہو۔ بے شمار مریض اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے تندرست ہو گئے ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

خواتین کی کمر درد کیلئے نسخہ

ماہنامہ عبقری میں آپ نے خواتین کی کمر درد کا ایک درج ذیل نسخہ درج کیا ہے بکھڑا' اسگند ناگوری' سونٹھ' ہم وزن کوٹ پیس کر تیار کر لیں اور دن میں تین مرتبہ استعمال کریں' اس میں اس کی خوراک درج ہونے سے رہ گئی ہے کہ کتنی مقدار میں اس کو استعمال کیا جائے۔ ماشے' تولے' چمچ یا آدھا چمچ وغیرہ؟ آخر میں آپ نے جو امراض اس نسخہ میں درج کیے ہیں' ان میں کیا خوراک ہوگی اور کتنے عرصہ تک استعمال کرنا ہوگی اور کتنی دفعہ دن میں استعمال کرنا ہوگی۔ (خان محمد صابری، لاہور)

جواب: اس کی مقدار خوراک آدھ چمچ دودھ نیم گرم کے ہمراہ دن میں چار بار استعمال کریں۔ اس سے کم اور زیادہ بھی کر سکتے ہیں۔ یہ نسخہ عورتوں کی دیگر پوشیدہ اور مردوں کی پوشیدہ بیماریوں کیلئے آزمودہ ہے۔ بس اتنا اشارہ کافی ہے۔

ماہواری میں خرابی

میری عمر 24 سال ہے۔ مجھے ماہواری 14 سال کی عمر میں شروع ہوئی۔ پہلے پہل باقاعدگی کے ساتھ آتے تھے۔ پھر دو یا تین ماہ بعد آنے لگے۔ کبھی چار اور کبھی چھ ماہ بعد آنے لگے۔ میں نے ڈاکٹری کورس بھی کیے جو کہ تین ماہ کے تھے۔ ایک سال تک انگریزی دوائی کھائی۔ مگر اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ جب تک دوائی کھاتی تھی مینسز آتے تھے۔ بعد میں حکیم کی دوائی بھی ایک سال تک کھائی مگر اس سے بھی تاریخ ٹھیک نہیں ہوئی۔ اب سال بھر سے کوئی دوائی نہیں کھائی۔ گھریلو ٹوٹکے کیے تھے جس سے سال میں تین چار دفعہ آتے تھے۔ اب چار ماہ سے نہیں آئے۔ پیٹ کافی بڑھ گیا ہے' کمر میں درد رہتا ہے۔ لیکوریا نہیں ہے۔ پہلے خشک سپاری بھی بہت کھاتی تھی۔ (آسیہ، کراچی)

جواب: ریوند عصارہ' مصبر' منقی' سقمونیا نمبر 1۔ چاروں کو کوٹ پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک گولی صبح و شام نیم گرم دودھ کے ہمراہ۔ اگر پاخانے پتلے ہوں تو گھبرائیں نہیں۔ جس نے بھی مستقل دو ماہ استعمال کیا ہے' انشاء اللہ فائدہ ہوا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 3-4 کو ضرور استعمال کریں۔

پٹھوں میں جلن

میری عمر 60 سال ہے۔ کچھ عرصہ پہلے رسولی کا آپریشن ہوا تھا۔ اس کے بعد تو میرا پیشاب جل کر آتا ہے اور تھوڑا تھوڑا آتا ہے اور محسوس ایسا ہوتا ہے جیسے اندر کا سارا بوجھ نیچے کی طرف آرہا ہے۔

دوسری شکایت یہ ہے کہ موسم سرد ہو یا گرم۔ اچانک پٹھوں میں جلن شروع ہو جاتی ہے۔ ایک آگ سی لگ جاتی ہے۔ یہ کیفیت بس پانچ دس سیکنڈ ہی رہتی ہے۔ پھر نارمل ہو جاتا ہوں۔ اس طرح کے دورے تقریباً روزانہ سات آٹھ دفعہ پڑتے ہیں۔ براہ کرم کوئی ایسی دوائی تجویز فرمائیں جن سے یہ تکلیف دور ہو جائے۔ (عبدالحمید، حویلیاں)

جواب: آپ مصالحہ دار تلی ہوئی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں اور مندرجہ ذیل نسخہ مستقل استعمال کریں۔

گل سرخ' گل نیلوفر' الائچی خورد' الائچی کلاں' سونف' سفید زیرہ' مصری' ہر ایک ہموزن کوٹ پیس کر سفوف تیار کر کے آدھ چمچ دن میں چار بار پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 7-8 استعمال کرنے سے فائدہ زیادہ ہوگا۔

دماغ پر اثر

یہ مسئلہ میری کزن کا ہے' جس کی عمر 28 سال ہے اور غیر شادی

شدہ ہے۔ وہ چار پانچ سال سے متذکرہ بیماری میں مبتلا ہے۔ پہلے صرف زیادہ پیشاب آنا شروع ہوا، پھر پٹھے کھینچنے لگے۔ پھر دماغ پر بھی اثر ہونے لگا۔ ڈرنے لگ گئی۔ جب دماغ پر اثر ہوتا ہے تو پرانی باتیں یاد کر کے کبھی رونے لگتی ہے اور کبھی ہنسنے لگتی ہے۔ اپنی بہن' اس کے بچے اور خاوند کو کبھی تو خوش ہو کر ملتی ہے اور کبھی کہتی ہے کہ میں انہیں دیکھوں گی بھی نہیں۔ ماہواری کی ڈیٹ بھی صحیح صحیح نہیں۔ دو دو مہینے نہیں آتے اور کبھی آجاتے ہیں۔ دو دفعہ اسے علاج کے طور پر بجلی کے جھٹکے لگوا چکے ہیں۔ جب زیادہ سوچتی ہے تو پیشاب زیادہ آنا شروع ہو جاتا ہے اور ساتھ اندر سے دماغ بھی درد کرنے لگ جاتا ہے۔ نیند بہت کم آتی ہے جسم ہر وقت درد کرتا ہے۔ بعض دفعہ بالکل ٹھیک ہوتی ہے۔ گھر کے سارے کام کرتی ہے لیکن جیسے ہی دماغ میں کوئی بات آجائے کام وہیں چھوڑ دیتی ہے کہ خود کر لو، میں نوکر نہیں ہوں۔ جب چھوٹی بہن گھر آئے تو اس کا موڈ سخت آف ہو جاتا ہے کہ یہ تمہاری لاڈلی بیٹی ہے۔ یہ زیادہ پیاری ہے، اسے تم نے شروع سے ہی زیادہ پیار دیا ہے اور مجھ سے کام کروایا ہے۔ ڈاکٹری علاج بھی کروایا ہے۔ ہومیو پیتھک علاج بھی کروایا ہے۔ کسی اللہ کے بندے سے اللہ اللہ بھی کروائی ہے لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔ گرم چیز راس نہیں آتی۔ (ثمینہ کوثر، اسلام آباد)

جواب: روحانی حساب کے مطابق آپ کی کزن پر کسی قسم کا جادو نہیں اور نہ ہی آسیب ہے بلکہ دماغی نفسیاتی بیماری ہے۔ اس لیے یکسو ہو کر اس کا علاج کریں۔ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے ایک دوائی ''سکونی'' منگوا کر مستقل تین ماہ استعمال کرائیں۔ ترکیب استعمال اوپر لکھی ہوئی ہوگی۔ مریضہ کو مصالحہ دار گرم تلی ہوئی چیزوں سے مکمل پرہیز کرائیں۔ ہاتھ پاؤں کی ہتھیلیوں کی خوب مالش کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 6-7 کو مستقل استعمال کریں۔ ان شاءاللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

کمزوری

حکیم صاحب میں عرصہ دراز سے بیمار ہوں صحت نہیں بنتی، ہڈیوں کا ڈھانچہ بنتا جا رہا ہوں' گال پچک گئے ہیں جگہ جگہ کافی علاج کروایا ہے' پانی کی طرح پیسے بہا دیئے ہیں تھوڑا لکھے کو زیادہ سمجھیں۔ مہربانی کر کے اچھی سی دوا تجویز کر دیں۔ (محمد خان، قصور)

جواب: صبح دیسی انڈے کو ہاف بوائل کر کے اس کی زردی نکال کر پانچ چمچی خالص شہد ملا کر کھائیں۔ دوپہر رات چرند پرند بھون کر کھائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 2-3 استعمال کریں

بالوں کا مسئلہ

مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال پہلے موٹے اور خوبصورت تھے لیکن اب پتلے اور موڑ کھا چکے ہیں اور گزشتہ ایک سال سے لگاتار گر رہے ہیں اور چہرے پر بھی دانے نکل رہے ہیں ایسا مشورہ دیں کہ میرے بال پہلے جیسے ملائم ہوں اور چہرے پر دانے نکلنا بند ہو جائیں۔ (علی شاہ' بستی مکران)

جواب: کھانے کے بعد ایک چمچی خالص شہد کھا لیا کریں۔ صبح ناشتہ میں بادام کا عمدہ حلوہ ضرور کھائیں۔ بالوں کو شیمپو' صابن سے بچائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 3-4 استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، اپیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

نوٹوں کی کہانی

بچوں کا صفحہ

شدید بھوک اور نان کے حصول میں ناکامی نے موچی کو غصہ دلا دیا اور وہ ایک میدان میں جا کر زور زور سے چیخنے لگا۔'' یہ نظام درست نہیں ہے......اس نظام کو بدلنا ہوگا۔'' موچی کے چیخنے پر بہت سے لوگ وہاں جمع ہو گئے

امام احمد بن حنبلؒ سے عقیدت

حضرت امام شافعیؒ نے اپنا قاصد امام احمد بن حنبلؒ کے پاس یہ پیغام دے کر بھیجا کہ آپ عنقریب ایک عظیم مصیبت میں گرفتار ہونے والے ہیں۔ مگر اس سے سلامتی کے ساتھ نکل جائیں گے۔ جب قاصد نے امام احمد بن حنبلؒ کو یہ خبر دی تو امام احمد بن حنبلؒ نے ہدیہ میں اپنا کرتا اس قاصد کو دے دیا۔ قاصد کرتا لے کر امام شافعیؒ کے پاس پہنچے۔ امام شافعیؒ نے دریافت کیا کہ کیا انہوں نے اس کے نیچے کچھ پہنا ہوا تھا؟ قاصد نے جواب دیا کہ نہیں!......امام شافعیؒ نے اسے بوسہ دیا اور آنکھوں پر رکھا اور اس کرتے کو برتن میں رکھ کر اس پر پانی ڈالا اور مل کر نچوڑا اور اس غسالہ پانی کو شیشی میں بند کیا اور اپنے پاس رکھا۔ پھر جب ان کے ساتھیوں، رشتے داروں میں سے کوئی بیمار ہوتا تو اس پانی میں سے تھوڑا سا بھیج دیتے۔ جب وہ بیمار اسے اپنے جسم پر چھڑکتا تو اللہ تعالیٰ کے فضل سے وہ شفایاب ہو جاتا۔ (عبید اللہ۔ لاہور)

غیبت کتنی بری ہے؟

ایک مرتبہ حضرت خواجہ حسن بصریؒ سے کسی شخص نے کہا کہ فلاں شخص نے آپ کی غیبت کی ہے؟ آپ نے چھوہارے منگوائے اور ایک برتن میں رکھ کر اس شخص کے پاس اس پیغام کے ساتھ بھیجے کہ میں آپ کا شکر گزار ہوں، آپ نے میری غیبت کر کے اپنی نیکیوں کو میرے نامۂ اعمال میں منتقل کر دیا۔ میں آپ کے اس احسان کا بدلہ چکا نہیں سکتا۔ تاہم یہ حقیر سا تحفہ قبول فرمائیے۔ وہ شخص خواجہ حسن بصریؒ کے اس سلوک سے بہت شرمندہ ہوا اور آپ کی خدمت میں حاضر ہو کر معافی مانگ لی۔ (عمران۔ جھنگ)

مجبور و مختار

ایک مرتبہ ایک یہودی نے حضرت علیؓ سے پوچھا کہ انسان مجبور ہے یا با اختیار؟ آپؓ نے اس سے کہا کہ ایک ٹانگ اٹھاؤ، اس نے اٹھائی۔ آپؓ نے فرمایا: دوسری بھی اٹھاؤ۔ اس نے جواب دیا پھر تو میں گر جاؤں گا۔ آپؓ نے فرمایا: بس اتنا انسان مجبور ہے اور اتنا ہی با اختیار ہے۔ (ندیم۔ اٹک)

حافظ شیرازی کون تھے؟

خواجہ شمس الدین محمد حافظ شیرازی فارسی زبان کے بہت بڑے شاعر تھے۔ آٹھویں صدی ہجری کے آغاز میں شیراز (ایران) میں پیدا ہوئے اور ۷۹۱ء میں وفات پا گئے۔ حافظ قرآن تھے۔ شروع ہی سے شعر و تصوف کے مطالعے کا شوق رکھتے تھے۔ حافظ شیرازی قطعات، قصائد، رباعیات اور مثنوی بھی لکھتے تھے۔ لیکن غزل کے میدان میں بہت نام پیدا کیا۔'' دیوان حافظ'' نے حافظ شیرازی کی عظمت کو چار چاند لگا دیئے۔ (عدنان محمود چوہان)

نوٹوں کی کہانی

یہ اس زمانے کا ذکر ہے جب دنیا میں سکوں اور نوٹوں کا وجود نہیں تھا۔ لوگ جنس کے بدلے جنس کے نظام (Barter System) کے تحت چیزوں کا لین دین کرتے تھے۔

ایک دفعہ یوں ہوا کہ ایک موچی جوتے لیکر نان بائی کے پاس گیا اور اس سے جوتوں کے بدلے نان طلب کئے۔ نان بائی بولا'' تم نے جو کل جوتے دیئے تھے، اس کے بدلے میں نے شکاری سے گوشت لے لیا تھا اور پرسوں جو جوتے دیئے تھے، وہ میں نے پہنے ہوئے ہیں۔ مجھے جوتوں کی ضرورت نہیں ہے۔ ہاں البتہ میرا مٹی کا پیالہ ٹوٹ گیا ہے......تم کمہار سے پیالا لا دو تو میں تمہیں نان دے دوں گا۔''

نان بائی کی بات سن کر موچی کمہار کے پاس چل دیا تا کہ اسے جوتے دے کر پیالہ لے اور پھر اس پیالے کے بدلے نان حاصل کر سکے......مگر جب موچی نے جوتوں کے عوض پیالہ مانگا تو کمہار بولا'' بھائی موچی! میرے پاس جوتے ہیں...... ہاں اگر تم مجھے شکاری سے گوشت لا دو تو میں تمہیں پیالہ دے دوں گا۔'' یہ سننا تھا کہ موچی بغیر دم لئے کمہار کے پاس سے اٹھا اور سیدھا شکاری کے پاس پہنچ گیا اور اس سے جوتوں کے عوض گوشت طلب کیا۔

شکاری نے کہا:'' جوتے تو میرے پاس بھی ہیں، میں ان کے بدلے تمہیں گوشت نہیں دے سکتا...... ہاں البتہ اگر تم مجھے نیا چاقو لا دو تو میں تمہیں گوشت دے سکتا ہوں......کیونکہ میرا پرانا چاقو زنگ آلود ہو چکا ہے۔'' مگر مرتا کیا نہ کرتا کے مصداق موچی چاقو فروش کے پاس گیا تو چاقو فروش بولا ......'' مجھے تو جوتوں کی ضرورت ہی نہیں۔''

چاقو فروش کے بعد اب کوئی آسرا نہیں تھا......جس کے پاس جا کر وہ کوئی ایسی چیز لے سکتا جو چاقو فروش کو دے کر اس سے چاقو حاصل کرتا......پھر اس چاقو کے بدلے گوشت لے کر کمہار کو دیتا اور اس کمہار سے پیالا حاصل کر کے نان بائی کو دیتا تا کہ اس سے کچھ نان حاصل کر سکے۔

شدید بھوک اور نان کے حصول میں ناکامی نے موچی کو غصہ دلا دیا اور وہ ایک میدان میں جا کر زور زور سے چیخنے لگا'' یہ نظام درست نہیں ہے......اس نظام کو بدلنا ہوگا۔'' موچی کے چیخنے پر بہت سے لوگ وہاں جمع ہو گئے اور جب انہیں حقیقت حال معلوم ہوئی تو وہ سب کہنے لگے یہ صورت تو کبھی کبھی ہمارے ساتھ بھی پیش آ جاتی ہے......ہمیں اس مسئلہ کا کوئی حل تلاش کرنا ہوگا۔

بہت غور و خوض کے بعد یہ طے پایا کہ سونے یا چاندی کو بطور زر استعمال کیا جائے......جس کو جو چیز بھی چاہیے ہو وہ اس کے بدلے......لے لیں......پھر یہ کہ سونا اور چاندی جوتے نہیں جو گھس جائیں اور نہ ہی نان ہیں جو باسی ہو جائیں......یہ مٹی کا پیالہ یا گوشت بھی نہیں جو ٹوٹ جائے یا مڑ جائے اور نہ ہی یہ لوہے کی ایسی چیز ہے جسے زنگ لگ جائے۔ یوں متفقہ فیصلے کے بعد پہلی دفعہ سونے اور چاندی کے سکے ڈھالے گئے۔ اب موچی سمیت تمام لوگ خوش تھے جنہیں اپنی ضرورت کی چیز کے حصول کے لیے مارے مارے نہیں پھرنا پڑتا تھا بلکہ سونے اور چاندی کے سکوں کے بدلے انہیں وہ چیز فوراً مل جاتی تھی۔

بہت عرصہ بعد جب لوگوں نے محسوس کیا کہ سکے تعداد میں زیادہ ہو جانے کے بعد ان کو لے کر سفر کرنا ایک مسئلہ بنتا جا رہا ہے تو لوگ ایک بار پھر میدان میں جمع ہوئے اور انہوں نے متفقہ طور پر کاغذ کے نوٹ تیار کرنے کا فیصلہ کیا اور یوں سونے اور چاندی کے بھاری سکوں کی جگہ کاغذ کے ہلکے پھلکے نوٹوں نے لے لی۔ (شمروز خان۔ فیصل آباد)

اکتوبر کی احتیاطی تدابیر اور مفید غذائیں

وسط اکتوبر سے برف کا استعمال بہت کم کر دینا چاہیے۔ رات دس بجے کے بعد چھت یا صحن میں سونے کی بجائے کمرے یا برآمدے میں سوئیں۔ رات کے پچھلے پہر پنکھوں، ایئر کولروں اور اے سی کا استعمال بند کر دینا چاہیے۔ ٹھنڈے پھل، ٹھنڈی سبزیاں خاص کر رات کو نہیں کھانی چاہئیں۔

(حکیم محمد انور مطیع)

وسط ستمبر کے بعد موسم میں بتدریج تبدیلی آنا شروع ہوتی ہے۔ جب موسم بدلتے ہیں تو اس طرح کی تبدیلیاں اکثر رونما ہوتی ہیں کیونکہ فطری طور پر موسم ایک دم نہیں بدلا کرتے کیونکہ ایسا ہو جائے تو پھر ایک دو نہیں سینکڑوں لوگ بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ روزگار متاثر اور کاروبار زندگی معطل ہو کر رہ جاتا ہے جو کہ قوانین فطرت کے خلاف ہے۔ اللہ تبارک تعالیٰ نے اس کائنات کو چلانے کیلئے ایک ایسا اعتدال قائم کر رکھا ہے جو بغیر کسی رکاوٹ کے صدیوں سے جاری و ساری ہے۔ جب کبھی فطری قوانین مشیت ایزدی کے تحت فطرت سے ہٹتے ہیں تو طوفان، سیلاب، زلزلے اور دیگر ناگہانی آفات کرۂ ارض پر نمودار ہوتی ہیں لیکن وہ بھی کچھ عرصے کیلئے۔ پھر قدرت اس ماحول کو فطرت پر لے آتی ہے۔ ایسا کیوں ہوتا ہے یہ صرف اور صرف وہ ذات باری تعالیٰ ہی جانتی ہے جو اس کائنات کی مالک و خالق ہے۔ لیکن ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ فطرت کے اصولوں پر عمل کرنا صحت اور ان اصولوں سے روگردانی بیماری کا سبب بنتی ہے۔ انسان اگر ماحول و موسم کے مطابق اپنا رہن سہن اور ضرورت کے مطابق مناسب غذا کا استعمال رکھے تو کبھی بھی بیمار نہیں ہو سکتا۔ اس طرح جب موسم سرما کی ابتدا ہوتی ہے تو سابقہ موسم یعنی گرمی والے معمولات انسان کو ترک یا مناسب حد تک کم کر دینے چاہئیں لیکن ایسا نہیں ہوتا۔ لوگ سردی کی ابتدا ہو جانے کے باوجود برف فرج کی اشیاء کا استعمال بند نہیں کرتے۔ پنکھوں، ایئر کولروں اور اے سی وغیرہ کے استعمال میں کمی نہیں لاتے اور یہی بے اعتدالیاں آگے چل کر بیماریوں کا پیش خیمہ بنتی ہیں اور لوگ پھر اعصابی درد، نزلہ زکام، کھانسی، لقوہ، دمہ، ٹی بی، نمونیا اور خاص کر فالج اور جوڑوں کے درد وغیرہ میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

احتیاطی تدابیر: وسط اکتوبر سے برف کا استعمال بہت کم کر دینا چاہیے۔ رات دس بجے کے بعد چھت یا صحن میں سونے کی بجائے کمرے یا برآمدے میں سوئیں۔ رات کے پچھلے پہر پنکھوں، ایئر کولروں اور اے سی کا استعمال بند کر دینا چاہیے۔ ٹھنڈے پھل، ٹھنڈی سبزیاں خاص کر رات کو نہیں کھانی چاہئیں۔ صبح دوپہر کو تازہ پانی سے غسل کریں اور شام کے وقت نہانے سے پرہیز کریں۔ خاص کر وہ خواتین جو حاملہ ہوں یا جن کے بچوں کی عمریں دو سال سے کم ہوں انہیں چھت اور صحن میں بالکل نہیں سونا چاہیے اور وہ لوگ بھی ان تدابیر پر سختی سے عمل کریں جو پہلے سے مندرجہ بالا امراض کا شکار ہوں۔

مفید غذائیں: اس بدلتے ہوئے موسم میں صبح ناشتے میں ڈبل روٹی، انڈہ، دلیہ، چنے، چنے کا شوربہ، دودھ، بیسن اور انڈے کا حلوہ، بیسن کی روٹی، دہی اور مربہ آملہ کا خصوصی استعمال کریں۔ نیز چائے کے شوقین لوگ چائے بھی پی سکتے ہیں۔ جو لوگ اعصابی دردوں، بخار، فالج، کھانسی، لقوہ، دمہ، نزلہ زکام، پٹھوں کی کمزوری، جوڑوں کے درد، بدہضمی اور ہاتھ پاؤں کے سن ہو جانے والی امراض کا شکار نہ ہوں، وہ صبح لسی کا استعمال بھی کر سکتے ہیں۔ مکھن اور بالائی بھی ان کیلئے مفید ہے۔ اس موسم میں چونکہ دن چھوٹے ہونے شروع ہو جاتے ہیں اور دوپہر کو خاص بھوک نہیں لگتی اس لیے دوپہر کا کھانا تین یا چار بجے کھائیں اور اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ رات کو اگر بھوک ہو تو کھانا کھائیں ورنہ پھلوں کا استعمال کریں۔ پھل چونکہ زود ہضم ہوتے ہیں اس لیے ٹھوس کھانے کی نسبت ہوا اور ریاح بہت کم پیدا کرتے ہیں اور انسان آسانی سے رات کو گہری نیند سو سکتا ہے جو کہ دن بھر کی تھکاوٹ دور کرنے کیلئے انتہائی ضروری ہے۔ یہ یاد رہے کہ ہر کھانے کا درمیانی وقفہ کم از کم چھ گھنٹے ضرور ہونا چاہیے اور اگر چھ گھنٹے گزرنے کے بعد آپ کو بھوک نہیں تو کھانے کا ناغہ کر دیں اور جب شدید بھوک لگے اس وقت کھانا کھائیں۔ بغیر بھوک کے کھائی ہوئی غذا نہ تو طاقت دیتی ہے اور نہ ہی اس کا صالح خون بنتا ہے بلکہ خوفناک قسم کی بیماریاں پیدا کرنے کا سبب بنتی ہے اور شدید بھوک پر کھائی جانے والی غذا نہ صرف فوری ہضم ہوتی ہے بلکہ اس سے صالح اور طاقتور خون پیدا ہوتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں عادت اور ضرورت کے فرق کو سمجھیں۔ کیونکہ جو چیز ضرورت کے مطابق استعمال کی جاتی ہے وہ فائدہ مند اور جو عادتاً استعمال کی جاتی ہے وہ نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔

ایک بہترین مقوی ناشتہ: خالص بیسن (چنے کا آٹا) 50 گرام، دیسی یا فارمی انڈے 3 عدد، چینی اور دیسی گھی حسب ضرورت۔

ترکیب: بیسن کو گھی میں بریاں کر لیں یعنی ہلکا سرخ ہو جائے اور اسکی خوشبو آنے لگے تو چولہے سے اتار کر اس میں انڈے توڑ کر ڈال دیں اور مرکب کو اچھی طرح یک جان کر لیں اور دوبارہ چولہے پر رکھ دیں اور چمچ ہلاتے رہیں اور ساتھ ہی حسب ضرورت چینی بھی ڈال دیں۔ یہ مرکب آہستہ آہستہ گاڑھا ہونا شروع ہو جائے گا۔ جب حلوے کے قوام جیسا گاڑھا کرنا چاہیں تو کچھ دیر اور چولہے پر رہنے دیں اور تیار ہو جانے پر چولہے سے اتار کر اس میں مغز پستہ 20 گرام، مغز اخروٹ 20 گرام ملا دیں مگر یہ یاد رہے کہ ان مغزیات کا استعمال ماہ دسمبر اور جنوری میں کریں تو بہتر ہے۔ دیسی گھی اور دیسی انڈے نہ ملنے کی صورت میں فارمی انڈے اور عام گھی بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اس مرکب کو بناتے وقت اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ آنچ بالکل ہلکی رکھیں تاکہ جل نہ جائے۔ بہترین مقوی ناشتہ تیار ہے اس ناشتے کے بعد حسب ضرورت چائے یا نیم گرم دودھ پی لیں۔

ملازمت میں ترقی

کسی شخص کو ملازمت نہ ملتی ہو، نوکری سے برخاست ہو گیا ہو یا ترقی کے بجائے عہدہ یا منصب سے گرا دیا گیا ہو اور ہر طرح کی کوشش کرنے کے باوجود کامیابی نہ ہوتی ہو تو ایسی صورت میں آدھی رات گزرنے کے بعد باوضو ہو کر دو نفل ادا کرنے کے بعد ننگے سر قبلہ رخ کھڑے ہو کر تین سو مرتبہ **"یا عزیز"** پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور نہایت خشوع و خضوع کے ساتھ مقصد پورا ہونے کی دعا کی جائے۔

انشاء اللہ عمل کرنے والا شخص دوبارہ اگر نوکری سے برخاست ہو گا تو بحال ہو جائے گا اور ترقی پائے گا اور اگر روزگار نہیں تو بہت جلد ہی اچھا روزگار مل جائے گا۔

(بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

جن بھوت سے بچنے کیلئے: صبح وشام تین تین بار معوذتین پڑھ کر تین بار بدن پر ہاتھ پھیر لیں۔

معالج باپ کی المناک داستان

وزارت صحت نے اعلان کیا ہے کہ اب ایک ایسے مرکزی رجسٹریشن کا انتظام کیا جائے گا جس کے تحت ان مریضوں کو فوقیت دی جائے گی جنہیں فوری طور پر آپریشن کی ضرورت ہے۔ اس طرح ملک فوری طور پر قیمتی جانوں کے نقصان سے ملک محفوظ رہے گا۔

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

(آصف محمود خان، احمد پور شرقیہ)

انسان جب تک خود تکلیف سے دوچار نہیں ہوتا اس وقت تک اسے دوسرے تکلیف زدہ انسانوں کی بے چارگی کا احساس نہیں ہوتا۔ تکلیفیں کئی قسم کی ہوتی ہیں لیکن شدت کے اعتبار سے زیادہ سخت تکلیف بیماری میں سرفہرست' خاص طور پر دل کی بیماری یعنی امراض قلب ہے۔

کچھ عرصہ قبل کینیڈا کے ایک ڈاکٹر ڈان کا بیٹا دل کے ایک مرض کا شکار ہوگیا۔ اس کے قلب میں ایک خاص قسم کا انفیکشن ہوگیا تھا۔ اس لڑکے کا نام ڈیوڈ منرو تھا۔ اس کی عمر 32 سال تھی۔ انفیکشن کی وجہ سے ڈیوڈ منرو کو دل کے والو کا آپریشن کرانا تھا۔ جس کے نتیجے میں اس کے انفیکشن زدہ والو کی جگہ اس کے دل میں دوسرے والو لگا دیئے جاتے اور وہ دوبارہ عام افراد کی طرح صحت مند ہوکر کاروبار حیات میں مصروف ہو جاتا۔ ڈیوڈ منرو کو اپنے قلب کے آپریشن کیلئے تقریباً ایک سال کے طویل عرصے تک انتظار کرنا پڑا۔ دراصل ہسپتال کا کوئی بستر خالی نہ تھا۔ جو آپریشن ایک سال قبل ہونا تھا اس کی تاریخیں التوا کا شکار ہوتی رہیں اور بالآخر جب ہسپتال کا ایک بستر خالی ہوا تو اس وقت تک اس کے دل کو اتنا نقصان پہنچ چکا تھا کہ وہ آپریشن سے قبل ہی موت کا شکار ہوگیا۔

ڈیوڈ منرو کے باپ ڈاکٹر ڈان منرو کے ضبط کے تمام بندھن ٹوٹ گئے ''یہ کس قسم کا ملک ہے؟ یہ لوگ مریضوں کی دیکھ بھال کیوں نہیں کرتے؟ میں 35 سال سے مریضوں کی خدمت کررہا ہوں لیکن میں نے آج تک ایسا سنگدلانہ رویہ نہیں دیکھا۔ میرا بیٹا بڑا پرجوش تھا' اس کا مستقبل بہت روشن تھا۔ لیکن میرا جوان بیٹا یہاں کی صحیح نگہداشت کے انتظام کا شکار ہوگیا۔'' ڈاکٹر ڈان منرو نے اپنے بیٹے کی موت کے بعد یہ باتیں بڑی مایوسی اور دل شکستگی کے عالم میں کیں۔ ڈاکٹر ڈان منرو کی باتوں میں بعض ایسے اشارے بھی ملتے ہیں کہ گویا اس نے کینیڈا کی وزارت صحت کو بھی ہدف ملامت قرار دیا ہے۔ اس کی باتوں سے ظاہر ہوتا تھا کہ اس کے خیال میں وزارت صحت کی بے پروائی بھی اس کے بیٹے کی موت کے اسباب میں شامل ہے۔ ڈاکٹر ڈان منرو کے بیٹے ڈیوڈ منرو کا آپریشن اس لیے التوا کا شکار ہوتا رہا کہ ہسپتال میں کوئی بستر خالی نہ تھا اور بستر خالی نہ ہونے کی وجہ دراصل یہ تھی کہ اس کے پاس مزید بستر اور متعلقہ ضروریات فراہم کرنے کیلئے مالی وسائل موجود نہ تھے۔ وزارت صحت نے اعلان کیا ہے کہ اب ایک ایسے مرکزی رجسٹریشن کا انتظام کیا جائے گا جس کے تحت ان مریضوں کو فوقیت دی جائے گی جنہیں فوری طور پر آپریشن کی ضرورت ہے۔ اس طرح ملک فوری طور پر قیمتی جانوں کے نقصان سے ملک محفوظ رہے گا۔

معالجاتی زندگی کا ایک عجیب واقعہ (ڈاکٹر نجمی/کراچی)

آج اس نفسیاتی واقعہ کو گزرے ہوئے تیرہ سال ہو چکے ہیں لیکن میرے دماغ میں اس قدر تازہ ہے جیسے کل ہی کی بات ہو۔ وہ مریضہ جو موت اور زندگی کے درمیان جھول رہی تھی اب نہ صرف زندہ اور تندرست ہے بلکہ صاحب اولاد بھی ہے۔ مسعود کے والد میرے مخلص اور گہرے دوستوں میں تھے اور اسی دوستی کی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف عملیات یا طب وحکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کرکے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط وکتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

17 اکتوبر 2008 بروز جمعہ کے دن 9 بج کر 29 منٹ سے لے کر ایک بج کر 22 منٹ تک ہماری روحانی محفل ہوگی۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد 70 منٹ **حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ يَا عَزِيْزُ يَا لَطِيْفُ** خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فیصد قبول کررہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہورہا ہے اور مشکلات فوری حل ہورہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہوکر روحانی محفل میں شرکت کرسکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

السلام علیکم کے بعد عرض ہے میں عبقری کی پہلے رسالے سے قاری ہوں اور میں عبقری سے بہت زیادہ فائدہ حاصل کررہا ہوں۔ لیکن جب سے آپ نے روحانی محفل کا سلسلہ شروع کیا ہے میں اور میرے گھر والے بڑے شوق اور اہتمام کے ساتھ ہر ماہ روحانی محفل میں شمولیت کرتے ہیں۔ اس کے پڑھنے سے ایک عجیب سا سکون محسوس کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ آپ سے بذریعہ خط ہم نے دو انمول خزانہ لیکر پڑھنا شروع کیا تو اور بھی عجیب وغریب برکتیں شروع ہوگئیں۔ ایک دن میں نے خواب میں دیکھا کہ بہت بڑا امیدان محشر ہے ہم

(بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

آنکھوں کی تکلیف کیلئے: جس آنکھ میں تکلیف ہو اس کے مخالف پیر کے ناخن میں آک کا دودھ بھر دیں۔ آنکھ ٹھیک ہو جائے گی۔

ڈاکو اندھے ہوگئے

ایک ایسا واقعہ ہے جس پر یقین کرنے کو قطعی دل نہیں کرتا مگر یہ حقیقت ہے کہ اللہ کے کلام نے ان چھ کے چھ ڈاکوؤں کا دماغ ماؤف کردیا اور ان کی آنکھیں اندھی کردیں۔حتیٰ کہ سامنے رکھی ہوئی اشیاء بھی ان کو نظر نہ آئیں۔(خورشید اختر، لاہور)

محترم قارئین! آپ نے ڈاکوؤں کے ذریعے لٹ جانے والی لاکھوں کہانیاں پڑھی اور سنی ہوں گی مگر میں سچی کہانی آپ کو آج سنانے جارہی ہوں۔اسے پڑھ کر آج آپ کو اللہ کے کلام کے بااثر ہونے کا یقین آجائے گا۔میں مارچ 2008ء میں حکیم طارق محمود صاحب سے اپنے کسی ذاتی مسئلے کے حل کیلئے ملی تھی۔انہوں نے مجھے اس مسئلے کے حل کیلئے ایک عمل بتایا جو میں نے 40 دن کیا۔اس کا تو جو فائدہ ہوا وہ ایک الگ بات ہے۔ہوا یوں کہ محسن انصاری صاحب نے مجھے 2 انمول خزانے بھی گفٹ کردیئے ایک تو میں نے خود رکھ لیا دوسرا میں نے اپنی بہن کو دے دیا۔یہ 2 انمول خزانے میں خود بھی ہر نماز کے بعد باقاعدگی سے پڑھتی ہوں اور میری بہن بھی باقاعدگی سے پڑھتی ہیں۔اس کے علاوہ وہ اور بہت ساری عبادات کے علاوہ ''منزل'' بھی باقاعدگی سے پڑھتی ہیں۔4 اپریل 2008ء کی شام قریباً 7 بجے ان کا بیٹا عدنان موبائل پر بات کرتا کرتا اپنے مین گیٹ سے باہر آگیا اور گیٹ کے پاس ہی کھڑا ہو کر اپنے دوست کو (جو اس سے ملنے کیلئے آنیوالا تھا) پتہ سمجھانے لگا وہ بات کرتا جارہا تھا اور دیکھتا بھی جارہا تھا کہ اس سے 4 گھر دور 3 موٹر سائیکلوں پر سوار قریباً 6 آدمی ایک گاڑی کے سواروں کو گن پوائنٹ پر لوٹ رہے تھے۔ابھی وہ واپس پلٹنے بھی نہ پایا تھا کہ اس کا ایک پڑوسی عاطف بھی جو موٹر سائیکل پر گھر آرہا تھا' ان لٹیروں کی زد میں آگیا۔ڈاکوؤں نے عاطف سے بھی اس کا پرس خالی کروالیا۔موبائل بھی چھین لیا۔وہ بھاگ کر عدنان کے پاس آیا اور عدنان کے گھر کے کھلے ہوئے گیٹ سے اندر داخل ہونے کی کوشش کرنے لگا (کیونکہ اس کے اپنے گھر کا گیٹ اندر سے بند تھا) شاید اس نے یہ سوچا ہو کہ اس طرح وہ اپنے گھر والوں کو لوٹنے سے بچالے گا۔یا شاید یہ کام اس سے بدحواسی میں ہوا ہو۔عدنان جھٹ گھر میں داخل ہونے لگا تو بدحواسی سے اس نے گیٹ بند کرنے کے بجائے مزید کھول دیا۔ڈاکوؤں کو موقع مل گیا اور وہ عدنان اور عاطف کے ساتھ ہی ان کے گیٹ سے گھر میں داخل ہوگئے۔ایک نے پستول عدنان کے سر پر رکھا ہوا تھا' دوسرے نے عاطف کے سر پر اور باقی چار ان کے گیٹ کے باہر کھڑے ہوگئے۔عدنان بھاگ کر سیڑھیاں چڑھنے لگا تو انہوں نے سختی سے ڈانٹ کر کہا کہ اگر حرکت کی تو گولی چلا دیں گے۔عاطف بے چارہ تو سڑھیوں کے پاس ہی کھڑا ہوگیا۔میرے بہنوئی رئیس صدیقی صاحب کمرے سے باہر نکلے تو یہ منظر دیکھ کر حیران رہ گئے جبکہ میری بہن بھی اپنے کمرے سے باہر نکلیں تو گھر میں ڈاکو دیکھ کر پریشان ہوگئیں۔ان کے بھی ہاتھ پاؤں پھول گئے۔ڈاکوؤں نے پستول کے اشارے سے انہیں سمجھایا کہ وہ بھی خاموش تخت پوش پر بیٹھ جائیں اور اگر کوئی حرکت کی تو وہ عدنان کو اڑا دیں گے۔عدنان کا بیٹا فرقان بھی اچانک سیڑھیوں سے نیچے اتر آیا تو انہوں نے اسے بھی گن پوائنٹ پر لے لیا۔میری بہن کے چار پوتے پوتیاں' دو بہوئیں' ایک بیٹے اور خاوند سمیت سب گن پوائنٹ پر تھے اور دہشت زدہ تھے۔میری بہن کو دو انمول خزانے زبانی یاد تھے اور منزل بھی زبانی یاد تھی وہ یہ دونوں چیزیں زبانی پڑھتی رہیں۔تقریباً ڈیڑھ گھنٹہ وہ لوگ ان کے گھر کی تلاشی لیتے رہے۔ایک ایک دراز' ایک ایک صندوق' ایک ایک الماری انہوں نے چھان لی حالانکہ گھر میں بہت کچھ موجود تھا مگر ان دونوں پڑھائیوں کی بدولت ان چھ کے چھ ڈاکوؤں کی آنکھوں پر گویا پٹی بندھ گئی۔اس ڈیڑھ گھنٹے میں انہوں نے نہ ہی کسی سے کوئی بدتمیزی کی اور نہ ہی کوئی چیز ان کے ہاتھ لگی۔حیرت کی بات یہ ہے کہ وہ ایک پیسہ لیے بغیر اور کسی کو نقصان پہنچائے بغیر خاموشی سے گھر سے رخصت ہوگئے۔قارئین یہ ایک ایسا واقعہ ہے جس پر یقین کرنے کو قطعی دل نہیں کرتا مگر یہ حقیقت ہے کہ اللہ کے کلام نے ان چھ کے چھ ڈاکوؤں کا دماغ ماؤف کردیا اور ان کی آنکھیں اندھی کردیں۔حتیٰ کہ سامنے رکھی ہوئی اشیاء بھی ان کو نظر نہ آئیں۔میں اور میری بہن اس واقعے سے پہلے منزل اور دو انمول خزانے بس پڑھ ہی لیا کرتی تھیں مگر اب تو ہم ان آیات پر 100 فیصد یقین اور اعتماد رکھتے ہوئے پڑھتے ہیں۔آپ بھی اعتماد کے ساتھ پڑھیں۔

دانت درد کا مجرب عمل جیل سے ملا

میرے پاس ایک عمل دانت درد کے لیے لیکن ذرا طویل اور محنت طلب ہے اگر آپ مناسب سمجھیں تو اپنے ماہنامہ میں شائع کردیں۔میری طرف سے ہر صالح مسلمان کو اجازت عام ہے۔ویسے میرا تقریباً 35 سالہ آزمودہ اور تیر بہدف عمل ہے۔

۷۸۶

ج	ب	ا
و	ہ	د
ط	ح	ز

عمل: اوپر والا تعویز کسی کاپی پر بنا کر مریض کو کہیں کہ ایک بار تھوک لو اور سیدھے ہاتھ کی انگشت شہادت درد والے دانت پر رکھے اور قلم کی نوک الف پر رکھ کر مکمل سورۂ فاتحہ بمعہ تسمیہ کے پڑھے اور دانت پر پھونک مارے پھر قلم کی نوک الف پر رکھ کر مکمل سورۂ فاتحہ بمعہ تسمیہ کے پڑھیں اور دانت پر پھونک ماریں۔پھر قلم کی نوک ''ب'' پر رکھ کر درد والے حصے پر سورۂ فاتحہ بمعہ تسمیہ پڑھ کر پھونک ماریں۔اسی طرح ''ج''، پر قلم رکھ کر 3 دفعہ سورۂ مذکورہ پڑھیں اور پھونک ماریں۔اس کے بعد مریض کو تھوکنے کو کہیں اور درد ختم ہوچکی ہوگی اور اگر کوئی کسر باقی ہو تو اسی طرح ''د''، ''و''، ''ہ'' پر بھی قلم کی نوک رکھ کر پہلے والے طریقے کے مطابق ایک دفعہ بڑھا کر سورۂ فاتحہ پڑھیں اور ''و'' پر ان شاء اللہ درد لازماً ختم ہوجائے گی اور زندگی بھر درد دوبارہ نہیں ہوگی۔دم کرتے وقت درد کا ہونا لازمی ہے۔آرام کی حالت میں دم نہ کریں۔

نوٹ: عامل اس کا ہدیہ ضرور لے ورنہ اس کے اپنے دانت خراب ہوجائیں گے۔ہدیہ زیادہ نہ ہو صرف 5 یا 10 روپے ہو۔خواہ وہ مسجد میں دے لیکن خود مریض کو نہ چھوڑیں۔مجھے یہ عمل ملا کہاں سے تھا یہ ایک عجیب داستان ہے کہ میں سابق فوجی ہوں اور 1971ء میں سقوط ڈھاکہ کے وقت قید ہوگیا تھا۔جہاں پر ہمیں رکھا گیا تھا وہاں پر میں نے کوڑے کرکٹ کے ڈھیر پر کاغذ کا ایک پرزہ دیکھا، اٹھا کر پڑھا تو یہ عمل تھا۔اس پر درج تھا اس وقت سے لے کر آج تک آزمودہ ہے۔آدمی روتا ہوا آئے گا اور دم کروانے کے بعد ہنستا ہوا جائے گا۔ان شاء اللہ عامل اور معمول کا تعین شرط ہے۔آپ مناسب سمجھیں تو رسالے میں تفصیل کے ساتھ شائع کردیں۔

(مرسلہ: ایک اللہ کا بندہ)

ذہنی سکون کی تلاش ✿ ناکامی کا خوف ✿ خوف کے سائے ✿ غصہ کی آگ ✿ نوکری کی تلاش

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی۔ گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

مراقبہ

یوں لگتا ہے کہ دماغ بند ہو چکا ہے اور سر کسی نے جکڑ رکھا ہے۔ جو کچھ پڑھتی ہوں وہ فوراً ہی ذہن سے نکل جاتا ہے۔ زیادہ وقت پریشانی میں گزرتا ہے۔ میں نے **یَاحَیُّ، یَاقَیُّوْمُ** کا ورد شروع کیا ہے اور کئی دوسرے اوراد بھی کر رہی ہوں۔ میں مراقبہ سے بھی مدد لینا چاہتی ہوں۔ کیا مراقبہ کیلئے پاک ہونا ضروری ہے؟ (الفت سفینہ، لاڑکانہ)

جواب: آپ صرف **یَاحَیُّ یَا قَیُّوْمُ** کا ورد کریں۔ جب بھی فارغ ہوں یا معمول کے کاموں میں مشغول ہوں اس ورد کو پڑھا کریں۔ نماز فجر کے فوراً بعد آرام دہ حالت میں اور خالی پیٹ بیٹھ کر آہستگی سے گہرا سانس لیں اور ایک بار یَا رحیم پڑھ کر آہستگی سے باہر نکال دیں۔ یہ عمل مسلسل دس منٹ تک کیا جائے۔ مراقبہ ذہنی یکسوئی کیلئے کیا جاتا ہے اور اس کیلئے پاک ہونا ضروری نہیں ہے۔ رات کو سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور تصور کریں کہ آپ شیشے کے ایک گول کمرے یا گنبد کے اندر موجود ہیں۔ یہ تصور دس منٹ کیا جائے۔

ذہنی سکون کی تلاش

میری عمر اکیس سال ہے اور میٹرک تک تعلیم حاصل کی ہے۔ میرے اندر بہت سی کمزوریاں اور الجھنیں موجود ہیں۔ ذہنی دباؤ اور افتراق کا شکار رہتا ہوں۔ موت کا خوف رہتا ہے۔ حسد کا مادہ زیادہ ہے۔ نفسیاتی خواہشات کا غلبہ رہتا ہے۔ لوگوں سے نفرت محسوس ہوتی ہے۔ کثرت سے چائے اور سگریٹ نوشی کرنے لگا ہوں۔ شاید مجھے ذہنی سکون کی ضرورت ہے۔ کتابیں اٹھاتا ہوں تو دل نہیں لگتا۔ ان حالات میں مجھے اپنا مستقبل تاریک دکھائی دیتا ہے۔ میں اپنی کمزوریوں کو دور کر کے ایک کامیاب زندگی گزارنا چاہتا ہوں۔ (محمد جمال، لاہور)

جواب: نماز فجر کے بعد کسی مناسب جگہ نصف گھنٹے تک خالی الذہن ہو کر چہل قدمی کیا کریں۔ اس دوران ذہن کو ایک نقطے پر قائم رکھتے ہوئے **یَا رَحِیْمُ** کا ورد کریں۔ شام کے وقت سورۃ الناس اور سورۃ فلق تین تین بار پانی پر دم کر کے پیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے نصف گھنٹہ اندھیرے میں بیٹھ کر گزاریں اور **یَا سَلَامُ مُهَیْمِنُ قُدُّوْسُ** آرام و اطمینان کے ساتھ پڑھتے رہیں اور پھر سو جائیں۔ اس پروگرام پر کم از کم تین ماہ عمل کیا جائے۔

تین سال پہلے

میں پریشانی کی حالت میں خط لکھ رہی ہوں۔ تین سال پہلے کسی نے جادو کے ذریعے میرے حالات میں رکاوٹیں اور مشکلات کھڑی کر دی ہیں۔ کوشش کے باوجود ناکامی مقدر بن گئی ہے۔ نماز کی پابند ہوں اور اللہ تعالیٰ سے دعا کرتی ہوں کہ جلد ان اثرات کا خاتمہ ہو جائے۔ میرے حالات بہتر ہونے اور جادو کے اثرات ختم کرنے کیلئے کوئی مؤثر اسم و دعا بطور ورد بتادیں۔ (س، فیصل آباد)

جواب: صبح و رات سورۃ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں اور ساتھ ہی ہاتھوں پر دم کر کے پورے جسم پر پھیر لیا کریں۔ علاوہ ازیں نماز عصر کے بعد **یَا اَللّٰهُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ** ایک سو ایک بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں کہ اس یقین سے ہی انسان کو اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے اور اللہ تعالیٰ کی خوشنودی بھی حاصل ہوتی ہے۔ وسوسوں میں گرفتار نہ ہوں۔

ناکامی کا خوف

معمولی باتوں کو میری طبیعت بہت محسوس کرتی ہے۔ خیالات بہت زیادہ آتے ہیں اور پریشان کرتے ہیں۔ سکون کی کمی محسوس کرتا ہوں۔ لوگوں سے ملنے جلنے میں خوف اور گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ یوں لگتا ہے کہ لوگ مجھے بری نظروں سے دیکھ رہے ہیں۔ انٹر کا امتحان دیا ہے۔ سوچتا ہوں کہ اگر ناکام ہو گیا تو لوگ کیا کہیں گے۔ پوری رات جاگ کر گزار دیتا ہوں اور نیند نہیں آتی۔ اگر میرا یہی حال رہا تو ضرور نقصان اٹھاؤں گا۔ (عاشق علی، سیالکوٹ)

جواب: رات کو سونے سے پہلے وضو کر کے بیٹھ جائیں، دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر گیارہ بار **اِنَّ اللّٰهَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ سر اور پورے چہرے پر پھیر لیں۔ اس طرح تین بار کیا جائے اس عمل کو کم از کم چالیس دن کیا جائے۔ نماز فجر کے بعد ایک تسبیح **یَااَللّٰهُ یَاکَرِیْمُ** کی پڑھ لیا کریں۔ انشاء اللہ ذہن سے اندیشوں کا خاتمہ ہو جائے گا۔

تنگدستی

میری بڑی بہن کی شادی کو بیس سال ہو چکے ہیں اور بچے جوانی کی حدوں میں داخل ہو گئے ہیں ان کے معاشی حالات بہت خراب ہیں۔ بچوں کی اسکول کی فیس ادا کرنا بھی مشکل ہو جاتا ہے۔ کوئی بیمار ہو جائے تو دوا کے اخراجات بمشکل پورے ہوتے ہیں۔ بہنوئی سپیئر پارٹس کا کام کرتے ہیں لیکن آمدنی بہت کم ہے اور کبھی حالات بہت خراب ہو جاتے ہیں۔ آج کل تو وہ دکان پر جانے کیلئے بھی تیار نہیں ہوتے اور گھر بیٹھے رہتے ہیں۔ (شمشاد شفیق۔ گجرات)

جواب: بہن اور بہنوئی سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ گیارہ سو بار **یَاوَهَّابُ** پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں معاشی مشکلات کے حوالے سے دعا کیا کریں۔ معاشی معاملات میں پوری محنت اور دیانت داری سے کام لیا جائے اور اللہ پر توکل کیا جائے۔ کسی نہ کسی ذریعے سے آپ کی معاشی ضرورتیں پوری ہو جائیں گی۔ انشاء اللہ

بند دروازے

میری عمر بڑھتی جا رہی ہے لیکن رشتے کی بات شروع نہیں ہوتی۔ پانچ سال پہلے ایک رشتہ آیا تھا لیکن والد اور بھائی نے

انکار کر دیا اس کے بعد سے جیسے دروازے بند ہو گئے ہیں۔ میں نے **یَا وَکِیْلُ** کا وظیفہ بھی پڑھا تھا۔ والد اور بھائی کا رویہ میرے ساتھ اچھا نہیں ہے۔ جس کی وجہ سے میری پریشانی اور تفکرات بڑھتے جا رہے ہیں۔ (ش ناز، شکار پور)

جواب: نماز عشاء کے بعد گیارہ سو بار **یَا لَطِیْفُ** پڑھ کر بارگاہ ایزدی میں دعا کیا کریں اور کم از کم چار ماہ تک اس اسم کو پڑھیں اور بارگاہ الٰہی میں دعا کرتی رہیں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں کہ اس کی جانب سے جو کچھ ہوگا بہتر ہوگا۔

خوف کے سائے

میں ایک پٹرول پمپ پر نوکری کرتا ہوں اور رات کو چوکیداری کا کام کرتا ہوں۔ میری ڈیوٹی کے دوران رات کو ڈاکہ پڑا۔ اس دن سے خوف میرے اندر سرایت کر گیا ہے۔ رات کو خاص طور پر چونک جاتا ہوں اور کبھی تو لگتا ہے کہ ڈاکو داخل ہو گئے ہیں۔ ان کیفیات کی وجہ سے میں یکسوئی سے کام کر سکتا ہوں اور نہ اطمینان نصیب ہوتا ہے۔ (گلزار، کراچی)

جواب: ہر نماز کے بعد اور رات کو کئی بار **یَا اَللّٰہُ یَا حَفِیْظُ یَا بَدِیْعُ یَا وَدُوْدُ** گیارہ بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ انشاء اللہ بہت جلد خوف کے سائے ختم ہو جائیں گے۔

غصہ کی آگ

ہمارا گھر سکون سے محروم ہے۔ ایک چھوٹا بھائی ہے اور وہ بھی غصے کا تیز ہے۔ بات بات پر لڑتا جھگڑتا رہتا ہے۔ بہنوں میں بھی تلخی پائی جاتی ہے۔ والدہ پریشان ہو کر بددعائیں دینے لگتی ہیں۔ والد صاحب معذور ہیں اور ان حالات کی وجہ سے افسردگی اور پریشانی میں رہتے ہیں۔ میں بھی ان حالات کی وجہ سے ذہنی دباؤ میں گرفتار ہوں۔ (اکرام، مردان)

جواب: نماز فجر کے فوراً بعد ایک ہزار بار **یَا وَدُوْدُ** پڑھیں اور گھر کے لوگ جہاں سے پانی پیتے ہیں اس جگہ یا چیز پر دم کریں مثلاً صراحی مٹکے وغیرہ پر اس طرح تین بار کیا جائے۔ ہر نماز کے بعد سورۃ کوثر ایک بار پڑھ کر گھر کے چاروں کونوں پر دم کر دیں۔ ان دونوں وظائف کو کم از کم چار ماہ مکمل توجہ اور دھیان سے کریں انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

اونچی آواز

پڑھنے کیلئے بیٹھتی ہوں تو ذہن ادھر ادھر کی باتوں میں لگ جاتا ہے اور کتابوں کو ہاتھ لگانے کو جی نہیں چاہتا۔ تین چار سالوں سے تعلیم کے میدان میں ناکامی کا سامنا کر رہی ہوں۔ والدین میرے احوال سے پریشان ہیں اگرچہ حصول علم کو اپنے لیے ضروری سمجھتی ہوں لیکن دل و دماغ ساتھ نہیں ہوتے۔ میری ذہنی کیفیات بھی توجہ طلب ہیں۔ معمولی باتوں کو بہت محسوس کرتی ہوں۔ ہمہ وقت ایک بے چینی ذہن کے اندر موجود رہتی ہے۔ اپنے فیصلوں پر عمل کے بعد سوچتی ہوں کہ صحیح کیا یا غلط۔ والدین کے آگے اونچی آواز میں بات کرنے لگ جاتی ہوں۔ اگرچہ جان بوجھ کر ایسا نہیں کرتی لیکن غصے کی وجہ سے اپنے اوپر کنٹرول ختم ہو جاتا ہے۔ (عائشہ، لاہور)

جواب: آپ ذہنی طور پر انتشار اور عدم مرکزیت میں مبتلا رہتی ہیں جس کی وجہ سے پوری توجہ سے کام نہیں کر سکتیں۔ نیز اعصابی ہیجان میں مبتلا ہو کر ایسی باتیں کر جاتی ہیں جو نہیں کرنی چاہیے۔ آپ خود اپنے خیالات کا تجزیہ کر کے زیادہ سے زیادہ پرسکون رہنے کی کوشش کریں اور زائد خیالات سے دور رہیں۔ اس بات کے حصول کیلئے نماز فجر کے فوراً بعد تین بار **یَا وَدُوْدُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ پھر اسی تعداد میں یہ اسم پانی پر دم کر کے پی لیں۔ باقی چار نمازوں کے بعد **یَا اَللّٰہُ یَا حَفِیْظُ یَا مُرِیْدُ** گیارہ بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ ان شاء اللہ چند بہت زیادہ نفع ہوگا۔

بہنوں کی شادی

مسئلہ میری بڑی بہن کی شادی سے متعلق ہے۔ ان کا رشتہ طے ہونے میں مشکلات اور رکاوٹیں حائل ہو رہی ہیں۔ ایک جگہ رسم منگنی ہو گئی لیکن پھر بات ختم ہو گئی۔ رشتے آتے ہیں لیکن بات طے نہیں ہوتی۔ گھر والے زیادہ پریشان اس لیے ہیں کہ ان کے بعد بھی تین بہنوں کی شادیوں کا مسئلہ ہے۔ کیا رشتے میں کوئی بندش ہے کیونکہ ہمارے جاننے والوں میں ایک عورت حاسد ہے اور جادو ٹونے میں دلچسپی لیتی ہے۔ (سلیم، لاہور)

جواب: بہن سے کہیں کہ نماز فجر کے بعد **یَا اَللّٰہُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ** سو بار اور نماز عشاء کے بعد تین سو بار کریں۔ اللہ تعالیٰ پر یقین رکھیں اور بندش اور جادو کے اثرات کا خیال نہ کریں۔ اللہ نے چاہا تو جلد نتائج سامنے آئیں گے۔

دو گھرانے

میں جس جگہ شادی کی خواہش مند ہوں وہاں شادی میں بہت سی رکاوٹیں ہیں۔ میں جانتی ہوں کہ اس بات سے دونوں گھرانوں میں ناراضگی اور اختلافات ہو سکتے ہیں لیکن میں چاہتی ہوں کہ ایسا نہ ہو' کوئی دعا یا وظیفہ بطور ورد بتائیں کہ اللہ تعالیٰ میری خواہش کو قبول فرمالیں اور بے جا اختلافات اور ناراضگیوں سے اللہ تعالیٰ دونوں گھرانوں کو محفوظ رکھے۔

جواب: نماز عشاء کے بعد تین سو بار **یَا وَکِیْلُ** اور نماز فجر کے بعد سو بار **یَا حَکِیْمُ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کیا کریں' ان وظائف کو کم از کم تین ماہ تک پڑھا جائے اور جن دنوں میں پڑھنا مجبوراً ممکن نہ ہو وہ شمار کر کے بعد میں دونوں کی تعداد پوری کر لیں۔ (م' ناروے)

نوکری کی تلاش

میں بی اے کے بعد دو سالوں سے نوکری کی کوشش کر رہا ہوں لیکن کامیابی نہیں ہوتی شاید میرے پاس سفارش نہیں ہے۔ والد صاحب ضعیف ہیں اور گھر کی ذمہ داریاں مجھ پر آرہی ہیں لیکن انہیں ادا کرنے میں دشواریاں بڑھتی جا رہی ہیں۔ ایک چھوٹی سی دکان ہے، جس سے گھر کا گزارا مشکل ہے۔ والد صاحب کی خواہش ہے کہ میں جلد نوکری پر لگ جاؤں تاکہ مالی بوجھ ہلکا ہو جائے لیکن قسمت راضی نہیں ہے۔ ایک جگہ درخواست دی ہوئی ہے لیکن کامیابی کی امید کم ہے' کئی وظائف پڑھے لیکن نوکری نہیں ملی۔ ایک بزرگ نے بتایا کہ شاید نوکری تمہاری قسمت میں نہیں ہے ویسے میرا ذہن بھی تیز نہیں چلتا یہ بھی بڑی مشکل ہے۔ (فاروق میمن' بالا)

جواب: نماز فجر کے بعد تین سو بار ''**یَا بَاسِطُ**'' اور نماز عشاء کے بعد 66 بار ''**اَللّٰہُ لَطِیْفٌ بِعِبَادِہٖ یَرْزُقُ مَنْ یَّشَآءُ ج وَھُوَالْقَوِیُّ الْعَزِیْزُ**'' (سورۃ الشوریٰ آیت نمبر 19) پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے فراخی رزق کیلئے دعا کریں' کوئی نہ کوئی کام ضرور کرتے رہا کریں چاہے دکان سے متعلق ہی کیوں نہ ہو۔ اللہ تعالیٰ کسی نہ کسی ذریعے سے آپ کو مالی آسودگی فراہم کر دیں گے محض نوکری کو ذہن میں رکھنا درست نہیں ہے۔ اوپر دیے ہوئے وظیفہ کو پوری توجہ اور دھیان کے ساتھ پڑھیں۔

کان درد کیلئے: کان میں سرکہ کا بھپارہ دینے سے کان کا درد اور بہرہ پن دور ہو جاتا ہے۔

بڑا اندیشہ

مولانا وحید الدین خان

بڑے اندیشوں سے غافل رہنا' یہی اکثر انسانوں کی ناکامی کا سب سے بڑا سبب ہے' خواہ وہ مشہور لوگ ہوں یا غیر مشہور لوگ۔

ڈاکٹر ڈینس بریو (Dennis Breo) نے ان طبی ماہرین سے ملاقاتیں کیں اور ان کا انٹرویو لیا جو مشہور شخصیتوں کے معالج رہے ہیں۔ اس کے بعد انہوں نے ایک کتاب شائع کی جس کا نام ہے غیر معمولی احتیاط۔ اس کتاب میں مصنف نے بڑے عجیب انکشافات کیے ہیں۔

انہوں نے لکھا ہے کہ مشہور شخصیتیں اکثر ناممکن مریض ثابت ہوتی ہیں مثلاً ہٹلر کو ایک جلدی مرض تھا مگر اس نے اس بات کو اپنے لیے فروتر سمجھا کہ ڈاکٹر کے سامنے وہ اپنا کپڑا اتارے۔ چنانچہ صحیح طور پر اس کا علاج نہ ہو سکا۔ مشہور امریکی دولت مند ہوورڈ ہیوز کا دانت خراب تھا مگر اس نے کبھی ڈاکٹر کے سامنے اپنا منہ نہیں کھولا۔ اس نے اس کو پسند کیا کہ وہ شراب پی کر اپنی تکلیف بھلاتا رہے۔ وغیرہ۔

شاہِ ایران کے بارے میں مصنف نے بتایا ہے کہ وہ فسادِ خون کے مریض تھے مگر انہوں نے ڈاکٹروں سے اس کا علاج کرانے سے انکار کر دیا کیونکہ انہوں نے محسوس کیا کہ یہ چیز انہیں سیاسی طور پر کمزور کر دے گی۔

شاہ ایران نے فسادخون کو اپنی حکومت کیلئے خطرہ سمجھا حالانکہ بعد کے واقعات نے بتایا کہ فساد سیاست ان کی حکومت کیلئے زیادہ بڑا خطرہ تھا۔ ان کے اقتدار کو جس چیز نے ختم کیا وہ فساد خون کا مسئلہ نہیں تھا بلکہ فساد سیاست کا مسئلہ تھا۔ وہ بڑے خطرے سے غافل رہے اور اپنی ساری توجہ چھوٹے خطروں میں لگا دی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ عین اس وقت ان کی حکومت کا خاتمہ ہو گیا جب کہ اپنے نزدیک وہ اس کو بچانے کا پورا اہتمام کر چکے تھے۔ چھوٹے اندیشوں کی فکر کرنا اور بڑے اندیشوں سے غافل رہنا' یہی اکثر انسانوں کی ناکامی کا سب سے بڑا سبب ہے' خواہ وہ مشہور لوگ ہوں یا غیر مشہور لوگ۔

طاقت کا تیل

شنگرف رومی 3 ماشہ، افیون اصلی 3 ماشہ، دیسی انڈے کی زردی 5 عدد، دونوں ادویات کھرل کریں پھر انڈوں کی زردی میں کھرل کریں 10 دن مزید کھرل کریں پھر روغن نکالو۔ اکسیر ہے۔ استعمال: ایک قطرہ ایک گلاس دودھ میں ڈال کر استعمال کریں۔ (مرسلہ: شوکت شاہین)

مجذوبی مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ جس میں دور دراز سے مرد وخواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل ومعاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین وحضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

نوشین داؤد' سیالکوٹ۔ نصرت شاہ' ملتان۔ انیلا رشید الدین' ڈار گجرانوالہ۔ محمد عرفان' کراچی۔ محمد طیب' لاہور۔ محمد اصغر' لاہور۔ عائشہ' امریکہ کیلیفورنیا۔ فوزیہ نصرت شاہ' ملتان۔ خالصتہ رحمٰن' پشاور۔ نور الرحمٰن' پشاور۔ عتیقہ شاہین' لاہور۔ محمد نواز' کراچی۔ سردار احمد نواز' کراچی۔ محمد زبیر' لاہور۔ تسنیم شہزاد' فیصل آباد۔ زبیر وہاب' سوڈان۔ محمد احسن' انجم احسن' لاہور۔ محمد اشرف' اوکاڑہ۔ منصور اشرف' اوکاڑہ۔ فوزیہ نصرت' ملتان۔ گلزار احمد' کوئٹہ۔ واجد بخاری' احمد پور شرقیہ۔ مقصود احمد' لیاقت پور۔ الیاس مغل' لاہور۔ شکیل' حاجی نواز' لاہور۔ سجاد احمد بھٹی' فیصل آباد۔ شاہ محمود عالم' لندن۔ فرقان احمد' اسلام آباد۔ عمارہ فرقان' اسلام آباد۔ مسز رضوان صفدر' گجرات۔ والدہ رحمٰن' پشاور۔ ناظم بٹ' سیالکوٹ۔ عابدہ نسرین' چکوال۔ فوزیہ شاہد' لاہور۔ ساجدہ' لاہور۔ سلیمان شاہد' لاہور۔ حافظ عمران' لاہور۔ تسنیم شہزاد' فیصل آباد۔ رشید الدین ڈار' سیالکوٹ۔ رابعہ زبیر' سوڈان۔ ڈاکٹر محمد اویس ملک' اسلام آباد۔ شائستہ اویس' اسلام آباد۔ دختر لائبہ اویس' اسلام آباد۔ زاہد اعوان قریشی' اسلام آباد۔ تنویر احمد قریشی' اسلام آباد۔ نور الرحمٰن' پشاور۔ ڈاکٹر اشتیاق قریشی' اسلام آباد۔ غزالہ اشتیاق قریشی' اسلام آباد۔ سارہ مغل' عبدالرزاق' لاہور۔ عبدالماجد خان' دبئی۔ شاہین فرین' لاہور۔ مصطفیٰ کمال' محمد اسلم' لاہور۔ محمد شفیق' راولپنڈی۔ محی الدین احمد' کراچی۔ شازیہ اعجاز' حیدر آباد۔ محمد رضوان' ہنگو۔ ریحان شاہ' کراچی۔ محمد یٰسین قادری' لاہور۔ ڈاکٹر فرسین منظور/الیس ایم ابوذر' کراچی۔ اقبال حسین' کراچی۔ رانا شکیل' فیصل آباد۔ رانا رمضان' سنٹرل جیل فیصل آباد۔ اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکے۔

(بقیہ: انوکھا خواب)

کی برکت سے رحمت تھی اور محلے کی چھتوں پر رحمت جانے کا تعلق ان گھروں کے بچوں کا اس گھر میں آ کر درود وسلام پڑھنا تھا۔ جب میں آپ کے پاس حاضر ہوئی تو اسی چیز کو مدنظر رکھتے ہوئے میں نے آپ سے درود شریف پڑھنے کی اجازت طلب کی تھی۔

اور اب میں نے جو خواب دیکھا ہے وہ کچھ یوں ہے۔ ''میں کسی غیر ملک کے کسی شہر میں ادھر ادھر گھوم رہی ہوں' چلتے چلتے مجھے خیال آتا ہے کہ یہ امریکہ ہے۔ پھر میں ایسی جگہ پہنچتی ہوں جہاں ایک بہت وسیع وعریض مسجد ہے۔ میں اندر داخل ہوتی ہوں اس کی چار دیواری کے ساتھ صحن کی جانب برآمدہ بنا ہوا ہے۔ میں مسجد کے صحن میں داخل ہوتی ہوں اور صحن کے شروع میں ہی کھڑی ہو جاتی ہوں اور مسجد کا جائزہ لیتی ہوں تو مجھے مسجد کے اندر باہر سب کچھ نظر آنے لگتا ہے۔ مسجد کا بہت وسیع صحن ہے اور اس میں کچھ لوگ یوں پھر رہے ہیں جیسے سیر وتفریح کیلئے آئے ہوئے ہیں اور مسجد کا ہال بھی بہت بڑا ہے' ہوادار اور اندر سے بہت خوبصورت ہے اور اندر بھی کچھ لوگ چلتے پھرتے مجھے دکھائی دے رہے ہیں۔ میں صحن میں جس جگہ کھڑی ہوں وہاں بھی کچھ لوگ کھڑے ہیں۔ پھر وہیں پر میں دو رکعت نماز پڑھنی شروع کر دیتی ہوں۔ جب رکوع میں جاتی ہوں تو مجھے اپنی کمر پر بہت سا بوجھ محسوس ہوتا ہے تو ذہن میں یہ خیال آتا ہے'' یہ بوجھ میرے پاس جو آدمی کھڑا ہے اس کے گناہوں کا ہے''۔ پھر خیال کو جھٹک کر نماز کا باقی حصہ پورا کر کے دوبارہ رکوع کرتی ہوں تو دوبارہ کمر پر وزن محسوس کرتی ہوں' تو پھر میرے ذہن میں اچانک یہ خیال آتا ہے۔'' یہ آدمی جو تقریباً میرے نزدیک کھڑا ہے وہ شاید عیسائی ہے اس لیے اس کے گناہوں کا بوجھ زیادہ ہے۔ ورنہ پہلے سجدہ سے ہی ختم ہو جاتا''۔ پھر خیال کو جھٹک کر باقی ماندہ نماز مکمل کرتی ہوں اور اپنے آپ کو ہلکا محسوس کرتی ہوں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل گئی اور یہ صبح سحری کے وقت کا واقعہ ہے۔

اب اپنے اعمال کا ذکر کرتی ہوں۔ تقریباً روزانہ صبح کے وقت 2 رکعت صلوٰۃ توبہ اور 2 رکعت نماز نفل برائے ہدیہ ثواب حضرات محمد مصطفیٰ ﷺ اور آپ ﷺ کی آل اور ازواج' خلفائے راشدین' شہدائے کربلا، اپنے مرشد صاحب اور ان کے تمام سلسلہ جات کے پیر ومرشد صاحبان اپنے اور نیاز صاحب کے والدین اور عزیز واقارب وغیرہ اور کل مومنین' کل مومنات اور کل مسلمین' کل مسلمات کیلئے پڑھتی ہوں۔ ان نوافل کے پڑھنے کی اجازت پہلے سے آپ سے لے چکی ہوں۔ اس کے علاوہ صلوٰۃ الحاجت بھی پڑھتی رہی۔ اب بھی دنیا وآخرت کی کامیابی کیلئے پڑھوں گی۔ انشاء اللہ۔ باقی کوشش کرتی ہوں کہ جو ذکر آپ نے مجھے بتایا ہوا ہے اسے ہر وقت اپنی زبان سے اور دل سے جاری رکھوں۔ ذکر یہ ہے

اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ الَّذِیْ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَالْحَیُّ الْقَیُّوْمُ وَاَتُوْبُ اِلَیْہِ میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کے بتائے ہوئے ذکر کا کرنا مجھ سے قبول فرمائے۔ (آمین)

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ آپ کے درجات کو مزید بلند فرمائے اور عبقری کو مزید پھیلائے۔ آپ کی ادویات بھی منگوا کر لوگوں کو دیتی رہتی ہوں اور نیت یہ ہوتی ہے اللہ تعالیٰ اس کار خیر کو قبول فرمائے۔ نشاری میرے جاننے والوں میں اور آگے ان کے عزیز اقارب میں بہت مقبول ہوئی ہے' اب اجازت چاہتی ہوں۔ (والسلام)

بچے کا رنگ سفید اور سر پر بال نہیں تھے

قبرستان جانے کا ارادہ کیا مگر انہیں کیا معلوم تھا کہ وہ قبرستان خود نہیں جائیں گے بلکہ چار کندھوں پر لے جائے جائیں گے۔

اس واقعہ کے بعد ہم بہت خوف زدہ ہو گئے ہیں اور سب سے یہی کہتے ہیں کہ ہر روز بھی قبرستان جانا اچھا نہیں ہوتا۔

قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہیے۔ بے ربط لکھیں، نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

مجھے ''جنات سے سچی ملاقات'' بے حد پسند ہے اس لیے ایک ایسا ہی واقعہ لکھ رہی ہوں جو بالکل سچا ہے۔ یہ واقعہ میرے کزن جہانزیب کے ساتھ پیش آیا۔ جس کی عمر تقریباً 27 سال تھی انہیں پودے لگانے کا بہت شوق تھا۔ ان کے والد کی وفات کے تقریباً سال بعد ان کی والدہ بھی فوت ہو گئیں۔ وہ ہر روز اپنے والد اور والدہ کی قبر پر جاتے تھے۔ انہوں نے پہلے ہی اپنے والد کی قبر کے پاس پودے لگائے ہوئے تھے۔ اب انہوں نے اپنی والدہ کی قبر کے قریب بھی پودے لگا دیئے۔ کچھ عرصے بعد ان کے والد کی قبر کے پاس پودے لگائے تھے وہ سرسبز رہے جبکہ وہ پودے جو والدہ کی قبر کے پاس تھے سب جل گئے۔ وہ حیران تھے کیونکہ وہاں پہلے سے ہی ایک بڑا درخت تھا۔ وہ نہ جلا اس کے علاوہ باقی پودے جل گئے۔ پھر چھٹی والے دن یعنی اتوار کو وہ تمام جلے ہوئے پودے نکالنے کیلئے قبرستان آئے تاکہ نئے پودے لگا دیں۔ جب وہ جلے ہوئے پودے نکال رہے تھے تو انہوں نے دیکھا کہ ایک بچہ ان کے قریب آ کر کھڑا ہے۔ انہوں نے بچے کی طرف دیکھا۔ اس بچے کا رنگ بہت سفید تھا اور سر پر بال نہیں تھے اس بچے کی بھنویں اور پلکیں بھی نہیں تھیں وہ تقریباً 8 یا 9 سال کا ہوگا۔

اس سے پہلے میرے کزن کچھ پوچھتے وہ غائب ہو گیا۔ میرے کزن ادھر ادھر دیکھنے لگے تو اچانک انہیں اپنے پیچھے سے ہنسنے کی آواز آئی۔ انہوں نے پیچھے دیکھا تو بچہ انہیں دیکھ کر مسکرانے لگا۔ میرے کزن ڈر گئے اور فوراً بھاگتے گھر آ گئے اور گھر آ کر ہمیں یہ سب بتایا۔ ہم نے حوصلہ دینے کیلئے انہیں کہا کہ شاید یہ ان کا وہم ہے کیونکہ وہ اس وقت بہت زیادہ ڈرے ہوئے تھے۔ پھر تین دن تک انہیں تیز بخار رہا اور چوتھے دن یعنی جمعرات والے دن وہ کچھ بہتر ہوئے تو ظہر کی نماز کے بعد انہوں نے کہا کہ وہ تین دن سے قبرستان نہیں گئے۔ اس لیے وہ قبرستان جانے لگے۔ گھر والوں نے روکا تو انہوں نے کہا کہ فاتحہ پڑھ کر جلدی آ جائیں گے۔ یہ کہہ کر وہ دروازے تک پہنچے اور گر گئے۔ سب گھر والے انہیں ہسپتال لے کر گئے تو ڈاکٹروں نے کہا کہ انہیں ہارٹ اٹیک ہوا ہے اور وہ فوت ہو گئے۔ انہیں ہارٹ اٹیک اس وقت ہوا جب انہوں نے دوبارہ قبرستان جانے کا ارادہ کیا مگر انہیں کیا معلوم تھا کہ وہ قبرستان خود نہیں جائیں گے بلکہ چار کندھوں پر لے جائے جائیں گے۔ اس واقعہ کے بعد ہم بہت خوف زدہ ہو گئے ہیں اور سب سے یہی کہتے ہیں کہ ہر روز بھی قبرستان جانا اچھا نہیں ہوتا۔ (پوشیدہ)

روشنی کا ہیولا

میری والدہ بہت نیک اور صابر خاتون تھیں۔ جس رات والدہ کا انتقال ہوا' میں انہی کے پاس تھا۔ میں اتنا چھوٹا تھا کہ مرنے کا مفہوم بھی نہیں جانتا تھا۔ انتقال سے کچھ دیر پہلے والدہ نے سب لوگوں سے کہا کہ وہ انہیں اکیلا چھوڑ دیں۔ سب باہر آ گئے تو میں نے دروازے کی ایک درز سے اندر جھانکا۔ والدہ بستر پر بے سدھ لیٹی ہوئی تھیں اچانک ایسا محسوس ہوا کہ ان کے سر کے پاس کسی نے سفید روشنی ڈالی ہو۔ والدہ ایک دم بولیں آپ لوگ آ گئے میں کب سے انتظار کر رہی تھی۔ چند لمحے وہ خاموش رہیں جیسے کچھ سن رہی ہوں پھر بہت کمزور آواز میں کہنے لگیں ہاں ہاں میں کہہ تو رہی ہوں مجھے لے چلو۔ کچھ ہی لمحوں میں پورے کمرے میں رنگ برنگی روشنیاں پھیلنے لگیں۔ پھر ایک بہت ہی خوبصورت آدمی نظر آیا اس کے جسم اور کپڑوں سے اتنی تیز روشنی پھوٹ رہی تھی کہ مجھے کچھ ہوش نہ رہا۔ جب مجھے ہوش آیا تو معلوم ہوا کہ والدہ انتقال کر چکی ہیں۔ میرے بارے میں سب کا خیال تھا کہ ماں کی جدائی کے غم میں بے ہوش ہو گیا ہے۔ یہ باتیں میں نے کسی کو نہیں بتائیں اس وقت بچپن کی عمر تھی اس لیے میں نے سمجھا کہ ایسے مشاہدات شاید سب کے ہوتے ہیں آج جب بھی وہ واقعہ مجھے یاد آتا ہے تو میرے دل میں ماں کی عظمت مزید بڑھ جاتی ہے کہ وہ محض اچھی ماں ہی نہیں اللہ تعالیٰ کی پسندیدہ بندی بھی تھیں۔ (خلیل احمد۔ مردان)

عبقری سے فیض پانے والے

میرے منہ کے چھالے کیسے ختم ہوئے

عبقری کا مطالعہ کرنے والے بہن بھائیوں سے میری گزارش ہے کہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں خواتین و حضرات اس کا مطالعہ کرتے ہیں تو وہ ضرور آزمائے ہوئے گھریلو ٹوٹکے اور مجرب نسخے لکھ کر عبقری کے ادارے کو بھیج دیا کریں۔ اگر زیادہ نہیں بھیج سکتے تو کم از کم ایک ایک نسخہ ہی لکھ کر بھیج دیں تو ہزاروں کی تعداد میں ادارے کو نسخے مل سکتے ہیں۔ جن کو جمع کر کے ایک کتاب بھی بن سکتی ہے اور مخلوقِ خدا کو بھی فائدہ ہوگا اور بہن بھائیوں کے لیے صدقہ جاریہ بھی ہو جائے گا۔ حکیم صاحب آپ کی خدمت میں تجویز پیش کر رہا ہوں اگر آپ ناراض نہ ہوں تو ماہنامہ عبقری کے صفحات میں تھوڑا سا اضافہ فرما دیں۔ آپ کا ہمارے اوپر احسان بھی ہو جائے گا اور مخلوق خدا کو روحانی اور جسمانی نسخے بھی زیادہ سے زیادہ مل جائیں گے۔

ھوالشافی: اگر کسی کے منہ میں چھالے ہوں وہ کھانا کھاتے ہوئے پریشان ہو تو گلیسرین عام میڈیکل سٹوروں سے مل جاتی ہے۔ جس کے دو تین قطرے منہ میں ڈال کر منہ کے اندر ہی غرارے کی صورت میں پھیرا جائے اس کے پانچ منٹ بعد نیچے تھوک دیں۔ ان شاء اللہ دو تین دنوں کے بعد چھالے ختم ہو جائیں گے۔ دن میں تین چار مرتبہ اس سے غرارے کر لیں۔ ویسے گلیسرین چہرے اور ہاتھوں کی خشکی ختم کرنے کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔ اگر پیٹ میں بھی چلی جائے تو گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے نقصان نہیں دیتی (ان شاء اللہ) یہ میرا کئی دفعہ کا آزمایا ہوا تجربہ ہے۔

(محمد عارف۔ حویلیاں)

دولت مندی کیلئے:

جو کوئی ہر روز کسی بھی وقت باوضو حالت میں ایک مرتبہ سورۃ القدر اور ستر بار یہ دعا پڑھنے کا معمول بنا لے، بہت جلد مالدار ہو جائے گا اور محتاج نہ ہوگا۔ **اَللّٰھُمَّ یَا مَنْ یَّکْفِیْنِیْ مِنْ خَلْقِهٖ جَمِیْعًا وَّلَا یَکْفِیْنِیْ مِنْهُ اَحَدٌ مِّنْ خَلْقِهٖ یَا اَحَدُ لَا یَنْقَطِعُ الرَّجَاءُ اِلَّا مِنْکَ وَمَا تَصَوَّرَتِ الْاٰمَالُ اِلَّا فِیْکَ یَا غِیَاثَ الْمُسْتَغِیْثِیْنَ اَغِثْنِیْ** ط (شاہد علی، لاہور)

تبادلہ کی منسوخی: تبادلہ رکوانے کیلئے بعد نماز عشاء 19 روز تک سورۃ الھب 19 مرتبہ پڑھ کر دعا کریں۔

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف وعملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

فراخی رزق کیلئے مجرب

بندہ بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کا عامل ہے اور چاہتا ہے کہ اس کے کرشمات، برکات اور ثمرات سے لوگ مستفید ہوں۔

فراخی رزق: بے حساب اور بابرکت رزق عطا ہوگا' آپ کے گمان سے بھی زیادہ ملے گا۔ گھر میں کبھی بھی دولت کی تنگی نہ ہوگی۔

ہر اتوار سورج طلوع ہونے پر باوضو ہو کر قبلہ روح ہو کر بیٹھیں اور 413 بار بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ o اول و آخر 51,51 بار درود شریف پڑھیں۔ پھر اللہ سے دعا مانگیں۔

حاجت روائی ہر مشکل کیلئے لاجواب

بندش' گھریلو جھگڑے' مقدمے بازی' رشتوں کا نہ ہونا' تنگدستی' محبت' جادوٹونہ' بیماری تمام قسم کی حاجات کیلئے مؤثر ہے۔ یقین کامل' خلوص اور پاکیزگی کا خاص خیال رکھے۔ انشاء اللہ عمل کی برکات سے ضرور مسئلہ حل ہوگا۔ روزانہ بعد نماز عشاء باوضو ہو کر بڑی توجہ سے 786 بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم o پڑھے اول و آخر درود شریف 7 بار پڑھے۔ 7 دن کا عمل ہے۔

آسیب جنات کو گھر سے بھگانا

روحانیات میں مغرب کے وقت میں خاص تاثیر ہوتی ہے۔ نماز مغرب پڑھ کر قبلہ رو ہو کر 786 بار بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ o پڑھے پھر سفید کاغذ پر 35 بار لکھے اور گھر کے دروازے پر چسپاں کریں گھر کے چاروں کونوں پر 5 بار اذان دیں۔ جنات دوڑ جائیں گے۔

گھر مکان کی جن' دیو' آسیب سے حفاظت

گھر کے اندر اکثر نقصان ہوجاتا ہو' جنات تنگ کرتے ہوں' بدروح کا اثر ہو یا آسیب زدہ بداثرات ہوں۔ اس عمل سے دوبارہ گھر کا رخ نہیں کرے گا۔ گھر اور مکین محفوظ ہو جائیں گے۔ میرا ایک دوست اس آیت کا عامل ہے۔ جس کے پاس موکلات ہیں وہ ان کے ذریعے چشم زدن میں ہر ہوائی چیز کو پکڑ لیتا ہے۔ مریض یا سحرزدہ فوراً ٹھیک ہو جاتا ہے۔ بڑا زبردست عمل ہے۔

پاک صاف کپڑے پہن کر، باوضو ہو کر دو رکعت نماز نفل وضو ادا کرے اور اسی جگہ بیٹھ کر عرق گلاب اور زعفران سے تعویذ لکھے' تعداد 7 بار ہو اور گھر میں لگائیں۔

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ o اِنَّہٗ مِنۡ سُلَیۡمٰنَ وَ اِنَّہٗ بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ o اَلَّا تَعۡلُوۡا عَلَیَّ وَ اۡتُوۡنِیۡ مُسۡلِمِیۡنَ o (سورۃ نمل آیت نمبر 30-31)

دشمن کو دوست کرنا

ایک عدد نگینہ پر بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ o لکھیں اور پہن لیں پاکیزگی کا ہمیشہ خیال رکھیں اور روزانہ بعد نماز عشاء 100 بار پڑھیں۔ چند ہفتوں میں مطلوبہ نتائج حاصل ہونگے۔ یکسوئی' خلوص دل سے عمل کریں۔ دشمنی دوستی میں بدل جائے گی۔ اس کی برکت سے آپ کو مطلوبہ مقاصد میں کامیابی ہوگی۔

دولت شہرت امیر کبیر ہونا

جب سورج طلوع ہو رہا ہو 300 بار درود شریف پڑھیں۔ پھر 300 بار بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ پڑھیں۔ لگاتار ایک سال پڑھیں طہارت کا خیال رکھیں' ہمیشہ باوضو اور تصور سے پڑھیں۔ آپ اس کے کرشمات سے حیران ہوں گے۔ دولت بارش کی طرح برسے گی۔ یہ عمل آزمودہ پتھر پر لکیر ہے۔ کبھی ناغہ نہ ہو۔ (ڈاکٹر شوکت شاہین، خانیوال)

لیکوریا کے لیے

یہ نسخہ بزرگ کا عطا کردہ ہے۔ کئی بار بنایا آزمائش پر پورا اترتا ہے۔ مفید و موثر ہے۔ صرف سادہ اجزاء نہ دیکھیں بلکہ فوائد و اثرات دیکھیں۔ پھٹکڑی سفید 100 گرام بریاں کریں 2 تولہ گیرو شامل کریں۔ باریک پیس کر باسی گھڑے کے پانی سے صبح۔ شام صرف 10 دن آدھا آدھا چمچ چائے والا دیں۔ (مرسلہ: شوکت شاہین)

دل کا درد: دل کے درد کیلئے دو چھوٹی الائچی روزانہ کھائیں اور خود فائدہ محسوس کریں۔

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 22 (ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

فتح مکہ کے وقت حضور اکرم ﷺ نے ابوسفیان کو نہ صرف معاف کر دیا بلکہ اس کے گھر کو وہ درجہ دیا گیا جو ایک پناہ گاہ کا درجہ ہوتا ہے اور جو اس وقت بیت اللہ کو دیا گیا تھا۔ بیت اللہ میں جو داخل ہوگا اس کو بھی امان ہے اور جو ابوسفیان کے گھر میں داخل ہوگا، اسے بھی امان ہے۔ حالانکہ ابوسفیان نے سوائے جنگ بدر کے اسلام کے خلاف قریش مکہ کی ہر جنگ میں قیادت کی اور سپہ سالاری کے فرائض سرانجام دیئے۔ یہ وہی ابوسفیان تھے جنہوں نے ایک دفعہ ایک بدو کو بہت بڑی رقم کا لالچ دے کر حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے قتل پر متعین کیا۔ یہ بدو جب مدینہ پہنچا تو مسجد نبوی ﷺ میں سرکار دو عالم ﷺ کسی قبیلے کے وفد سے مصروف گفتگو تھے۔ آپ ﷺ نے بدو کو دیکھ کر اہل مجلس سے فرمایا کہ یہ آدمی میرے قتل کے ارادہ سے یہاں آیا ہے۔ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے اسے پکڑ لیا، تلاشی لی تو اس کے کپڑوں سے ایک خطرناک خنجر برآمد ہوا۔ آپ ﷺ نے بدو سے فرمایا: ''تم سچ سچ ساری بات بتا دو تو چھوڑ دیئے جاؤ گے۔ یہ لوگ اگرچہ دشمن تھے لیکن نبوت کے مزاج سے واقف تھے کہ زبان سے نکلی ہوئی ہر بات سچی اور ہر وعدہ پکا ہوتا ہے۔ چنانچہ اس نے بے کم وکاست ساری حقیقت بیان کر دی۔ سرکار مدینہ ﷺ نے اسے امان دے کر فرمایا: ''جہاں جا ہو چلے جاؤ'' اس حسن سلوک سے متاثر ہو کر وہ بدو فوراً مسلمان ہوگیا۔

رسالہ پڑھنے کے بعد: آپ عبقری اور کتابوں کو پسند فرماتے ہیں۔ اعتماد سے ان کے روحانی اور طبی رازوں اور ٹوٹکوں کو آزماتے ہیں۔ یقیناً آپ کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ فائدہ ہمیں لکھیں چاہے ٹوٹے پھوٹے الفاظ ہی میں لکھیں۔ کس ماہ کے رسالے یا کتاب سے طبی یا روحانی فائدہ ہوا حوالہ ضرور لکھیں۔ آپ کا تجربہ لاکھوں قارئین کے فائدہ کا ذریعہ بن جائے گا اور صدقہ جاریہ بھی ہے۔ (ادارہ)

یَا عَلِیْمُ کے ہوشربا کمالات

چالیس دن تک نہار منہ اپنے بچے کو اکیس مرتبہ 'یَا عَلِیْمُ'' پانی پردم کر کے پلائے تو بچہ صاحب علم ہوگا۔ ذہن اور حافظہ اس کا روشن ہوجائے گا۔ جو اس اسم کی کثرت کرے گا اللہ تعالیٰ اس پر اپنے علم و معرفت کے دروازے کشادہ فرمائینگے اور اس کا حافظہ قوی ہوگا۔

﴿اَلْعَلِیْمُ جل جلالہ﴾ ﴿جاننے والا﴾ (عدد=۱۵۰)

علیم وہ ذات ہے جو ہر چیز کے اول، آخر، ظاہر، باطن، ماضی، حال اور مستقبل کے ذرا ذرا حالات سے پورے طور پر آگاہ ہے اور یہ علم اس کا ذاتی ہے۔ یعنی اشیاء کے موجود ہونے اور دیکھنے بھالنے کے بعد کا نہیں بلکہ چیزوں کے موجود سے پہلے ہی تھا۔ (حضرت لاہوریؒ)

اوراد و ظائف

☆حصول کشف:

اگر کوئی شخص ہر نماز کے بعد اس اسم کو سو بار تلاوت کرے گا تو اللہ تعالیٰ اسے صاحب کشف و ایمان بنا دیں گے۔

☆ حافظہ قوی ہو:

جو شخص اس اسم کی کثرت کرے گا اللہ تعالیٰ اس پر اپنے علم و معرفت کے دروازے کشادہ فرمائیں گے اور اس کا حافظہ قوی ہوگا۔

☆ نامعلوم علم و عمل سے آگاہی:

اگر کوئی چاہے کے پوشیدہ کام سے آگاہی حاصل کرے (بشرطیکہ اس کا جاننا شرعاً درست ہو) تو اس کو چاہیے کہ جمعہ کی شب کو نماز کے بعد سجدے میں جائے اور سو بار "یَا عَلِیْمُ" پڑھے اور وہیں سو جائے۔ اس کام کی ہیئت اس پر ظاہر ہوجائے گی انشاء اللہ۔ (شاہ عبدالرحمٰن چشتیؒ)

☆علم میں اضافہ:

جو شخص "رَبِّ زِدْنِیْ عِلْمًا" (سورۂ طٰہٰ آیت نمبر 114) کی تلاوت کریگا انشاء اللہ اس کے علم میں اضافہ ہوگا۔

☆ حاجت پوری ہوگی:

اگر کوئی جاننا چاہے کہ مقدمہ کا انجام معلوم کرے یا لڑائی میں فتح کس کی ہوگی، تجارت میں نفع ہوگا یا نقصان، شراکت مفید ہوگی یا نہیں، سفر اچھا ہوگا وغیرہ یا اسی قسم کے امور جن کے متعلق قبل از وقت معلوم کرنا چاہیں تو شب جمعہ کو بعد نصف شب تازہ وضو کر کے دو رکعت نماز ادا کرے اور بعد نماز ایک سو پچاس مرتبہ اسم پاک "یَا عَلِیْمُ" کا ورد کرے اور اس کے بعد درود پاک پڑھتے پڑھتے سو جائے انشاء اللہ اسے خواب میں بتا دیا جائے گا۔ پہلی شب معلوم نہ ہو تو تین شب جمعہ ایسا کرے۔ جو خواب میں نظر آئے گا انشاء اللہ ویسا ہی ہوگا۔ سلطان یا عیسیٰ نامی شخص کیلئے اس کا ذکر مناسب ترین ہے۔ (بونیؒ)

☆ بچے کا ذہن کشادہ ہو:

اگر کوئی شخص چالیس دن تک نہار منہ اپنے بچے کو اکیس مرتبہ ''یا علیم'' پانی پر دم کر کے پلائے تو بچہ صاحب علم ہوگا ذہن اور حافظہ اس کا روشن ہوجائے گا۔

☆ نامعلوم امر سے آگاہی:

اگر کوئی کسی امر نامعلوم سے آگاہ ہونا چاہے تو ﴿یَا عَلِیْمُ عَلِّمْنِیْ یَا خَبِیْرُ اَخْبِرْنِیْ یَا رَشِیْدُ اَرْشِدْنِیْ﴾ "۱۴۷۶" کم از کم پڑھے اول آخر درود پاک ۱۱۔۱۱ دفعہ، اس سے قبل دو رکعت نماز پڑھ کر اس کا ثواب نبی کریم ﷺ کی خدمت اقدس میں ہدیہ پیش کرے۔ یہی پڑھتے ہوئے سو جائے انشاء اللہ مطلوبہ امر سے متعلق آگاہی حاصل ہوجائے گی۔

☆حصول حکمت کیلئے:

جو شخص پارہ بستہ کی تختی پر شرف عطارد میں اس اسم پاک کے مربع کو کندہ کرے اور پاس رکھے اللہ تعالیٰ اسے حکمت عطا فرمائے۔ اور اگر شرف مشتری میں چاندی کی تختی پر کندہ کر کے پاس رکھے تو علوم شرعیہ میں کمال حاصل ہو۔

ہر دل عزیز ہونے کا طریقہ

بلند مرتبہ حاصل کرنے، عزت و وقار کے ساتھ رہنے اپنے اور غیروں میں ہر دل عزیز ہونے نیز چہرہ میں وجاہت اور کشش پیدا کرنے کے لیے فجر کی نماز ادا کرنے کے بعد ایک سو ایک (101) مرتبہ **یَارَحِیْمُ** کا ورد کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ (بلال اشرف، گوجرانوالہ)

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

ربیع الاول کے مہینے کے شروع ہوتے ہی اللہ تعالیٰ کی جو عنایات مجھ پر ہوئیں، ان میں سے چند لکھ رہی ہوں۔ سات تاریخ کو اتوار کی رات عشاء کی نماز پڑھتے ہوئے ایک دم وہی دلربا خوشبو محسوس ہوئی۔ اس خوشبو کو اپنے اندر اتارتے ہوئے نماز مکمل کی۔ پورا گھر اس خوشبو سے مہکا ہوا تھا اور کافی دیر تک محسوس ہوتی رہی۔ یہ خوشبو میرے اندر رچ گئی ہے۔ دنیا کی تمام تر خوشبوئیں بھی اس کے آگے ہیچ ہیں۔

بارہ ربیع الاول کو جمعہ کے روز روٹی پر ''محمد ﷺ'' ''مکی'' اور ''امین'' لکھا گیا۔ میں حروف مقطعات میں آخر کے لفظ کو آمین پڑھتی ہوں۔ رات میں خواب میں دیکھا کوئی کہہ رہا ہے یہ آمین نہیں بلکہ ''امین'' ہے۔ آواز سنی اور آنکھ کھل گئی۔ اسی رات سونے سے پہلے رات کو آسمان پر کالی اور سفید بدلیوں کے درمیان عام دنوں سے زیادہ روشن چاند بہت بھلا لگ رہا تھا۔ میرے دیکھتے ہی دیکھتے کالی بدلی نے ہاتھ کی شکل اختیار کر لی جس کی دو انگلیاں بند اور باقی کھلی تھیں پھر ایک منٹ کے بعد وہ غائب ہوگئیں۔ پھر سفید بدلی نے ''محمد ﷺ'' کے نام کی شکل اختیار کر لی یعنی کہ یہ اسم لکھا گیا اور پانچ منٹ تک یہ منظر ایسے ہی رہا۔ چاند کی روشنی میں یکدم اضافہ ہوگیا تھا۔ اس رات سفید اور کالی بدلیوں کا حسین امتزاج روح کو سرشار کر گیا۔ (الحمد اللہ)، دوسرے دن مجھے لگا جیسے میں میں نہیں ہوں۔ سارا دن دل کی عجیب کیفیت رہی۔ اب بھی (اس دن کے بعد سے) کبھی پانچ دس منٹ کے لیے دن میں عجیب سا محسوس ہوتا ہے۔ جیسے دنیا سے رابطہ کٹ گیا ہو۔ مگر پھر واپس آجاتی ہوں۔ میں اسی بے خودی کے عالم میں ڈوب جانا چاہتی ہوں مگر بہت ہی کم وقت ہوتا ہے۔ ایسا کیوں ہو رہا ہے؟۔ آج پھر جمعہ ہے اور رات میں نے خواب میں دیکھا کہ میں گلیوں میں سے گزر رہی ہوں وہ مدینے کی گلیاں ہیں۔ بہت سے اور لوگ بھی جا رہے ہیں۔ سب کے ہاتھوں میں پیالے اور کشکول ہیں اور وہ ایک سمت کو بھاگے جا رہے ہیں جب اس گلی سے نکل کر کھلے میدان میں آتے ہیں تو دور مسجد نبوی کا گنبد اور مینار نظر آتا ہے اور ندا آتی ہے ''خیرات بٹ رہی ہے، محمد ﷺ کے شہر میں''

(بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

حضور اکرم ﷺ نے فرمایا جس نے ذمی کو تکلیف دی اس نے گویا مجھ کو تکلیف دی

آپ کا خواب اور تعبیر

بے چینی سی ہوتی ہے

خواب: میں دیکھتی ہوں کہ میں بلندی سے گر رہی ہوں۔ یہ پتہ نہیں چلتا کہ گری کہاں سے ہوں؟ پھر اچانک میں چارپائی پہ گرتی ہوں اور بچ جاتی ہوں۔ خواب کے بعد میرے جسم میں بے چینی سی پیدا ہو جاتی ہے۔ (نازیہ' لاہور)

تعبیر: آپ کو کوئی بیماری یا پریشانی پیش آنے کا اندیشہ ہے۔ جس سے اب تک آپ برابر بچتی چلی آ رہی ہیں اور انشاء اللہ آئندہ بھی محفوظ ہی رہیں گی۔ البتہ آپ دو رکعات نماز حاجت پڑھ کر عافیت کی دعا کریں اور حسب توفیق صدقہ دیدیں۔

دولت اور عزت داؤ پر نہ لگائیں

خواب: کچھ روز پہلے میں نے خواب میں دیکھا کہ میری پسندیدہ لڑکی کی شادی کسی اور سے ہو رہی ہے یہ سب دیکھ کر میں بالکل مایوس ہو گیا اور اسی پریشانی میں میری آنکھ کھل گئی۔ (عزیز۔ لاہور کینٹ)

تعبیر: آپکے خواب میں اس طرف اشارہ ہے کہ یہ لڑکی جس کو آپ پسند کرنے لگے ہیں درحقیقت کسی دوسرے کی امانت ہے اور اسی کے حصے میں آئے گی آپ کو سوائے مایوسی کے کچھ ہاتھ نہ آئے گا۔ اس لیے اس لڑکی کا خیال دل سے نکال دیں اور اپنا وقت' دولت اور عزت داؤ پر نہ لگائیں۔ اللہ آپ کو سمجھ دے' آمین۔

رشتہ مبارک رہے گا

خواب: میں نے دیکھا کہ جن سے میری منگنی ہوئی (خالہ زاد) میں ان کے گھر میں ہوں۔ دن کا کوئی وقت ہے کافی اجالا ہے۔ میں صحن میں اپنی خالہ زاد بہنوں یعنی ان کی بہنوں کے ساتھ بیٹھی گپ شپ کر رہی ہوں۔ سامنے پلنگ پر خالہ جان بیٹھی ہیں۔ میں اس خیال سے ان کے گھر میں ہوں کہ میرے منگیتر اس وقت کام پر ہوں گے اس لیے ہمارا پردہ قائم رہے گا لیکن اچانک وہ گھر آ جاتے ہیں۔ شاید انہیں کسی طرح خبر ہو جاتی ہے پھر وہ آتے ہی میری طرف دیکھ کر مسکراتے ہیں اور شرارت کے موڈ میں میرے پیچھے بھاگتے ہیں۔ میں بھاگ کر خالہ جان کے پیچھے چھپ جاتی ہوں اور خالہ جان مجھے اپنے سینے سے لگا کر انہیں پیار سے ڈانٹ دیتی ہیں اور وہ مسکرا کر میری طرف دیکھ کر کہتے ہیں کہ مجھ سے ڈرنے کی کوئی بات نہیں میں تمہیں کچھ نہیں کہوں گا اور پھر مسکراتے ہوئے دوسرے کمرے میں چلے جاتے ہیں۔ (عائشہ صدیقی۔ ناروے)

تعبیر: یہ رشتہ انشاء اللہ بہت ہی مبارک رہے گا اور خوب خیر و خوشیاں قدم چومیں گی۔ آپ کا منگیتر بھی بہت پیار کرنیوالا' ہنس مکھ شوہر ثابت ہو گا اور آپ کی خالہ بھی نہایت ہمدرد ساس کا کردار ادا کریں گی۔ نیز مرحوم خالو صاحب کی بھی روحانی توجہ اور خوشی شامل حال رہے گی۔ اللہ آپ کو بہت بہت خوشیاں دے۔ (آمین)

عقیدے کو صحیح رکھیں

خواب: میں نے دیکھا کہ ایک بہت بڑا میدان ہے اور سب لوگ قطاریں بنا کر کھڑے ہیں۔ میں نے اپنے گھر والوں اور ماموں کے گھر والوں کو بھی دیکھا۔ ایک طرف جنت اور دوسری طرف دوزخ تھی۔ سامنے ایک بہت بڑا سیمنٹ کا چبوترہ بنا ہوا تھا۔ اس چبوترے پر صرف ایک کرسی رکھی ہوئی تھی۔ جو پوری سونے کی تھی اور اس کرسی پر ایک بزرگ بیٹھے ہوئے تھے۔ بزرگ نے سفید جبہ پہنا ہوا تھا اور داڑھی لمبی اور سفید تھی۔ ان کے ہاتھ میں تسبیح تھی اور ہم سب قطاریں بنا کر کھڑے تھے۔ سب سے پہلے غیر مسلموں کی باری تھی یعنی انگریزوں کی باری تھی اور وہ بزرگ جس کی طرف اشارہ کرتے تھے تو وہ آدمی اسے پکڑ کر دوزخ کی طرف لے جاتے تھے۔ مجھے یوں محسوس ہوا کہ یہ دو آدمی فرشتے ہیں۔ وہ جس کو لے جاتے تھے وہ چیختا چلاتا اور معافی مانگتا تھا۔ جنت میں کسی کو جاتے ہوئے نہیں دیکھا۔ اپنے رشتے داروں میں، میں سب سے آگے تھی۔ جب بزرگ نے میری طرف دیکھا تو میری آنکھ اس وقت کھل گئی۔ (فرخندہ ناز قریشی۔ کوٹری)

تعبیر: اللہ رب کریم آپ کی مغفرت کر دیں گے بشرطیکہ آپ نیک اعمال پر ڈٹی رہیں اور اپنے عقیدے کو صحیح رکھیں۔ ہر طرح کی شرک و بدعت سے دور رہیں۔ نیز روزانہ ایک سو ایک دفعہ آیت کریمہ پڑھ کر سجدے میں گر کر گناہوں کی معافی طلب کرتی رہا کریں' واللہ اعلم۔

وہ ہی بدنصیب اور محروم ہوگا

خواب: میں نے دیکھا کہ میرے دونوں ہاتھوں میں ہتھیلیوں اور پشت کی جانب سادہ سی مہندی لگی ہے اور میں ہاتھ چھپانے کی کوشش کرتی ہوں کہ لوگ دیکھیں گے تو کیا کہیں گے کہ گاؤں والوں کی طرح دونوں جانب مہندی لگائے بیٹھی ہے۔ بہت سرخ رنگ چڑھا ہوا ہے' سرخ ہاتھ ہیں۔ (مسز سہیل۔ واہ کینٹ)

تعبیر: آپ کے خواب اور تمام تر تفصیلات کے مطابق عرض یہ ہے کہ آپ کی یہ پریشانی عارضی ہے۔ جلد دور ہو جائے گی اور آپ کی ازدواجی زندگی انشاء اللہ پھر سے خوشگوار ہو جائے گی البتہ اس تمام تر پریشانی کا سبب خاندان میں ایک ایسی خاتون بنی ہے جو زبان کی میٹھی اور دل کی نہایت کڑوی اور کینہ پرور ہے۔ جس کی خفیہ تدابیر اور چغلیوں کے نتیجے میں آپ کے شوہر نے یہ رویہ اختیار کیا ہے لیکن جلدی ہی اس کی آنکھیں کھل جائیں گی۔ خدانخواستہ شوہر اپنی غفلت سے باز نہ آئے تو آپ کا کوئی نقصان نہیں وہ ہی بدنصیب اور محروم ہوگا اور اچھی بیوی سے ہاتھ دھو بیٹھے گا۔ پچھتاوا اس کو زندگی بھر رہے گا۔ بہرکیف آپ رات کو سونے سے قبل منہ میں کوئی میٹھی چیز پانی وغیرہ رکھ کر شوہر کی محبت و رغبت کا تصور کر کے گیارہ سو دفعہ **"یَا لَطِیْفُ یَا وَدُوْدُ"** پڑھا کریں اول آخر گیارہ دفعہ درود شریف ضرور پڑھیں۔ انشاء اللہ جلد خوشیاں دامن میں آ کر گریں گی۔

والدہ کی مغفرت کیلئے تلاوت کریں

خواب: میں نے دیکھا کہ والدہ مرحوم میرے بھائی کے بیٹے کو جو ان کے انتقال کے بعد پیدا ہوا تھا اور اب ایک سال کا ہے گود میں لیے ہوئے ہیں اور اس کو پیار کر رہی ہیں۔ اس کے بعد آنکھ کھل گئی۔ (نسیم کوثر۔ کراچی)

تعبیر: ماشاء اللہ خواب اچھا ہے۔ آپ کی والدہ مرحوم کی روحانیت اپنے بچوں کی طرف ہے۔ اس کی برکت سے انشاء اللہ خاندانی خوشحالی نصیب ہوگی۔ آپ اپنی والدہ کی مغفرت کیلئے قرآن پاک کی تلاوت کریں۔

زندگی کی خاطر دوڑیئے

آپ اپنی غذاؤں میں تبدیلی کریں یا نہ کریں' دوڑ ضرور موٹاپا کم کردیتی ہے۔ اگر آپ روز بہ روز موٹے ہوتے جارہے ہیں تو دوڑنا شروع کردیجئے۔ لمبی دوڑ کے بعد ذہن کئی گھنٹے ہر قسم کی پریشانیوں اور تفکرات سے آزاد رہتا ہے۔ (شیخ عبدالحمید عابد، کاموکے)

جسم کی طاقت کام کرنے سے بڑھتی ہے۔ اگر آپ اپنے جسم کے پٹھوں کو استعمال میں لاتے ہیں تو آپ قوی اور توانا رہ سکتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ہل جوتنے والا بوڑھا کسان اپنے ہم عمر شخص سے چست و توانا ہوتا ہے۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ جسم کو کیوں کر مضبوط اور توانا بنایا جا سکتا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ پیدل چلنا اور دوڑنا جسم کیلئے بہترین ورزشیں ہیں۔ اپنی زندگی کے شب و روز میں موافق تبدیلیاں لانے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ دوڑیے۔ یہ ایک بہترین ورزش ہے۔ صرف دوڑنا ہی ایک ایسی ورزش ہے جس کیلئے نہ کسی ساز و سامان کی ضرورت ہے اور نہ اس پر کچھ خرچ اٹھتا ہے۔ پھر یہ کسی بھی جگہ کی جاسکتی ہے۔ دوڑنے کیلئے وقت کی بھی کوئی قید نہیں۔ صبح ہو یا آدھی رات' جو بھی وقت آپ موزوں سمجھیں، یہ ورزشیں کرسکتے ہیں۔

دوڑنا ایک مکمل عضویاتی ورزش ہے۔ اس سے رانوں اور ٹانگوں کے بڑے عضلات متوازن انداز میں کام کرنے لگتے ہیں۔ یہ دل اور پھیپھڑوں کو صحت مند رکھنے کا سستا ذریعہ ہے۔

دوڑنے سے جسم پر جو اثرات مرتب ہوتے ہیں' وہ اگرچہ ڈرامائی نہیں ہوتے مگر شاندار ضرور ہوتے ہیں۔ دوڑ صرف ٹانگوں اور پھیپھڑوں کو ہی نہیں' پورے جسم کو قوت بخشتی ہے۔ جب آپ باقاعدہ دوڑتے ہیں تو جسم میں نرمی' لچک' قوت اور طمانیت کا احساس ہوتا ہے اور آپ ایسی شعوری قوت کے مالک بن جاتے ہیں جو شاید کسی اور طریقے سے حاصل نہیں ہوسکتی۔ مزید برآں چند میل کی دوڑ سے چھوٹی چھوٹی بیماریوں مثلاً دردسر' معدے کی گڑبڑ' سگریٹ نوشی کے اثرات بد کی شکایت رفع ہوجاتی ہے۔

بیشتر لوگوں کا انکشاف ہے کہ وہ دوڑ سے نفسیاتی فوائد بھی حاصل کرتے ہیں۔ اس سے دماغی توانائی بھی حاصل ہوتی ہے۔ دوڑ زندگی کو کنٹرول کرنے کا شعور دیتی ہے۔ دوڑ سے اعصابی تناؤ دور ہوجاتا ہے۔ ورزش یا دوڑ وہ قدرتی نفسیاتی معالج ہے جس کے نتیجے میں انسان کے اندر نہ صرف اپنی ذات کی قدر و قیمت کا احساس بڑھ جاتا ہے بلکہ وہ خود کو پہلے سے کہیں بہتر محسوس کرنے لگتا ہے۔ دوڑ بے چینی' اضمحلال اور بہت سی دوسری ناخوشگوار ذہنی کیفیات کا طاقت ور تریاق ہے۔ دوڑ اور پریشانی ایک دوسرے کی ضد ہیں۔ لمبی دوڑ کے بعد ذہن کئی گھنٹے ہر قسم کی پریشانیوں اور تفکرات سے آزاد رہتا ہے۔

بلاشبہ دوڑ دماغی صحت میں اضافہ کرتی اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا بخشتی ہے' لیکن کیا آپ جانتے ہیں کہ ایسا کیوں ہوتا ہے؟ دوڑنے سے دماغ کو وافر آکسیجن ملتی ہے' جس سے اس کی صلاحیت بہتر ہوجاتی ہے۔ ایک اور سبب یہ ہے کہ جسم اور دماغ میں نہایت قریبی تعلق ہے۔ چنانچہ جہاں دوڑ سے جسم کو فائدہ ہوتا ہے وہاں دماغ کو بھی توانائی ملتی ہے۔

آپ اپنی غذاؤں میں تبدیلی کریں یا نہ کریں' دوڑ ضرور موٹاپا کم کردیتی ہے۔ اگر آپ روز بہ روز موٹے ہوتے جارہے ہیں تو دوڑنا شروع کردیجئے۔ موٹاپا فوراً کم ہونے لگے گا۔ دوڑنے والے لوگ نہ دوڑنے والوں سے زیادہ غذائی حرارے خرچ کرتے ہیں۔ دوڑ یا جوگنگ کے ذریعے عورتیں ایک سال کے عرصے میں دس بارہ پونڈ اور مرد بیس سے زائد پونڈ وزن کم کرسکتے ہیں۔ اگرچہ دوڑ کی طرح بعض دوسرے کھیل بھی صحت کیلئے مفید ہوتے ہیں' تاہم دوڑ کو ہم اس لیے ترجیح دیتے ہیں کہ یہ وقت اور پیسہ بچانے والا کھیل ہے۔

اگر آپ قدرے عمر رسیدہ ہیں تو معالج سے مشورہ کرکے ناشتے سے پہلے سیر کریں اور اگر آپ نوجوان ہیں تو ناشتے سے پہلے دوڑ لگا لیا کیجئے۔ اگر آپ کو زندگی عزیز ہے تو اپنی زندگی کی خاطر دوڑیے' لیکن یہ خیال ضرور رکھیے کہ اس سے گھٹنوں اور پیروں کے جوڑوں پر غیر معمولی بوجھ نہ پڑے۔ یہ ضروری ہے کہ دھیرے دھیرے ورزش کی عادت ڈالی جائے تاکہ جوڑ زخمی ہونے سے محفوظ رہیں۔

اہم اعلان قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

(بقیہ روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

کچھ رشتے دار بھی وہاں پر موجود ہیں۔ کچھ لوگ فوت ہوئے ہوتے ہیں۔ کچھ لوگ زندہ اٹھتے ہیں۔ آسمان سے بہت ہی تیز قسم کی بجلی گرج رہی ہوتی ہے چمک بھی ہوتی ہے اور آسمان سے سبز گنبد اتر رہا ہوتا ہے اور آسمان کی دوسری طرف سے دو انمول خزانے اور اللہ تعالیٰ کے نام اور حضرت محمد ﷺ کے نام لکھے جارہے ہوتے ہیں۔ ہم سب لوگ منظر دیکھ کر خوش ہوتے ہیں۔ پھر دوسری دفعہ دیکھا کہ ایک عورت کھانا لے کر آتی ہے۔ میری امی بھی لے آتی ہے۔ ہاتف غیبی سے آواز آتی ہے کہ والدہ والا کھانا کھاؤ یہ جنت کا کھانا ہے۔ میں کھانا کھاتا ہو۔ بہت سی عورتیں اور مرد آتے ہیں وہ بھی کھانا کھاتے ہیں۔ بہت میٹھا اور لذیذ ہوتا ہے۔ اس میں زعفران، بادام اور دودھ ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ مجھ سے کہتے ہیں میرے دو انمول خزانے تمہارے پاس ہیں اور تمہارے دو انمول خزانے میرے پاس ہیں۔ پھر اللہ پاک میری امی اور پھپھو کو ایک کلمے والی تسبیح دیتے ہیں سب ورد کرو "**اللّٰہ ھو الحی**" ایسے ہی کچھ سمجھ آتی ہے پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

(بقیہ: روحانی کیفیت)

سب لوگ تیز دوڑنے لگتے ہیں کہ کسی نے رک کر مجھ سے پوچھا تمہارا کشکول کہاں ہے۔ میں اپنے ہاتھوں کا پیالہ بنا کر کہتی ہوں کہ یہ ہے اور تیز چلنے لگتی ہوں۔ وہ پھر پوچھتے ہیں کیا اکیلی آئی ہو۔ تو میرے جواب دینے سے پہلے ہی ایک بزرگ شخص کہتے ہیں نہیں میں ہوں اس کے ساتھ اور پھر میرا بازو پکڑ کر چلنے لگتے ہیں۔ آنکھ کھلی تو تہجد کا وقت تھا۔ کبھی کبھی میں سوچتی ہوں کہ اللہ تعالیٰ کی اتنی نوازشوں کے میں قابل نہ تھی کیونکہ کوئی بھی حسن عمل اور نیکی مجھے اپنے پلے میں نظر نہیں آتے۔ صرف فرائض کی ادائیگی ہی ہے اس کے علاوہ مجھ میں کوئی خوبی نہیں۔ نہ ہی مجھ میں اخلاق ہے۔ دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ مجھے اپنے عاجز ترین لوگوں میں شامل کرلے اور مجھے اخلاق حسنہ سے نوازے۔ میری خوش نصیبی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اپنے محبوب ﷺ کے صدقے مجھے آپ جیسے رہبر سے نوازا ہے کیونکہ پیر تو بہت ہیں مگر فقیر کوئی کوئی ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو ایسی فقیری عطا کرے کہ دنیا جہان کے تخت و تاج بھی اس کے آگے کوئی حیثیت نہ رکھتے ہوں گے۔ میری دعا ہے کہ آپ ایسا نام پائیں کہ رہتی دنیا تک کے لوگوں کے لیے آپ باعث مثل اور مشعل راہ ہوں۔ آمین۔ **نوٹ:** میرے لیے دعائے خیر کیجئے گا کہ مجھے اپنے غصے اور ضدی پن پر قابو پانے کی صلاحیت مل جائے اور میری عاقبت خراب ہونے سے بچ جائے۔ (ایک اللہ کی فقیر)

سردی سے بچاؤ

السی کے بیج لے کر اُس کے آٹے میں دیسی گھی ڈال کر اسکی پنیاں بنالیں اور روزانہ استعمال کریں۔ (2) زیادہ سردی لگنا اور سر کو ڈھانپ کر سونے کی وجہ دماغی کمزوری بھی ہوسکتی ہے۔ اگر نیند نہ آنے کے ساتھ دماغی بوجھل پن ہے اور اسکے علاوہ ڈپریشن جیسی کوئی علامات ہیں تو سائیکاٹرسٹ سے رابطہ کریں۔ وہ آپ کی علامات کے مطابق ٹریٹمنٹ کرے گا تو نیند اور سردی لگنا اور تھکاوٹ جیسی علامات یقیناً دور ہوجائیں گے۔ اس کے ساتھ ڈرائی فروٹ کا استعمال کریں۔ ناریل، اخروٹ وغیرہ۔ **(شہناز مظفر، گجرات)**

سردی زیادہ لگے: مچھلی کا تیل استعمال کرنے سے ہاتھ پیروں کی ٹھنڈک جاتی رہتی ہے۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

(پروفیسر ڈاکٹر خالد حمید، آئی سپیشلسٹ اینڈ اسسٹنٹ پروفیسر بولان میڈیکل کالج کوئٹہ)

میں عبقری کا عرصہ دراز سے قاری ہوں۔ میں اپنی گاڑی کے میکنک کے پاس گیا تو اعجاز کو دیکھا کہ اس کے سر، جسم اور بھنوؤں تک کسی جگہ پر ایک بال بھی نہیں۔ میں آئی سپیشلسٹ ہوں لیکن میں نے اس سے پوچھا کہ آپ نے اس کا علاج نہیں کیا؟ کہنے لگا میں نے بڑے بڑے ڈاکٹروں سے علاج کرایا۔ 5-6 لاکھ روپے خرچ کیے۔ قیمتی سے قیمتی دوائیں اور انجکشن لگائے لیکن افاقہ نہ ہوا، کبھی فائدہ تھوڑا ہوتا تھا پھر وہی تکلیف شروع ہو جاتی تھی۔ آخر تھک ہار کر میں نے علاج کرنا چھوڑ دیا۔

کچھ دن پہلے میں نے عبقری میں بالوں کے گرنے اور گنجے پن کے لیے نسخہ پڑھا تھا۔ میں نے کہا کہ اگر آپ کی تکلیف دور ہو جائے اور آپکا کام ہو جائے تو کیا خیال ہے؟ وہ خوش ہو گیا لیکن شرط رکھی کہ اگر آپ کو فائدہ ہو تو دوسروں کو بتائیں لیکن بغیر قیمت۔ وہ مان گیا۔

دوسرے دن عبقری سے نسخہ لکھ کر اسے دے دیا۔ ایک ماہ نہ گزرا تھا کہ لوگوں نے اسے کہنا شروع کیا کہ تم نے بھنوؤں پر سرمہ لگانا شروع کر دیا یا تمہاری بھنوؤں پر بال آنا شروع ہو گئے ہیں۔ سر اور جسم کے دوسرے حصوں پر بال ہلکے ہلکے آنا شروع ہو گئے۔ مجھے خود حیرت ہوئی۔

وہ میرا نام تو بھول گیا لیکن میرے ہسپتال کا نام یاد رہا۔ وہ مجھے گاڑی کے رنگ اور کچھ نشانیوں کی وجہ سے ڈھونڈتا رہا لیکن میں اسے نہ ملا تھک ہار کر وہ واپس چلا گیا کیونکہ اسے میرا نام نہیں آتا تھا اور نہ ہی میں نے اسے اپنا نام بتایا تھا۔

ایک دن ایسے میں اس کے پاس چلا گیا۔ بہت خوشی سے ملا۔ انتہائی حیرانگی سے بتایا کہ مجھے بہت فائدہ ہوا کہ میرے جسم کے سارے بال نہایت خوبصورت آ گئے اور میں مطمئن ہوں۔ جب لوگوں نے میرے بالوں کو دیکھا تو حیران ہوئے اور سوال کرنے پر میں نے بتایا کہ میں نے عبقری رسالے کے حوالے سے یہ نسخہ استعمال کیا ہے۔ لوگ مجھے کہتے ہیں کہ اعجاز بھائی ہمیں وہ نسخہ بتاؤ ہم بھی استعمال کریں اور جس کو بھی یہ نسخہ دیتا ہوں وہ خود بنا کر استعمال کرتا ہے اور اسے نفع ہوتا ہے۔ جسم سارا گنجا ہو یا کہیں گنجا ہو یا جسم کے بال گر رہے ہوں ہر طرح کیلئے یہ نسخہ نہایت مفید ہے۔

نسخہ ھوالشافی: انڈے کی زردی کا تیل دو چمچ بڑے۔ کلونجی باریک پسی ہوئی آدھا چمچ، دونوں کو ملا کر سر پر اچھی طرح رگڑیں اور مالش کریں۔ اس طرح مستقل کرنے سے گنج دور ہو جاتا ہے۔ یہ والا نسخہ حکیم صاحب کی کتاب کلونجی کے کرشمات کے صفحہ نمبر 42 پر بھی درج ہے۔

جوڑوں کا درد اور لیڈی ڈاکٹر کی بہن:

ہمارے ہسپتال کی ایک لیڈی ڈاکٹر کی بہن کے جوڑوں میں شدید درد تھا۔ اتنا درد تھا کہ ڈاکٹروں نے اسے ہارمونز دینا شروع کر دیئے۔ 4-5 قسم کی ادویات ہارمونز کے ساتھ استعمال کر رہی تھی اور درد اتنا کہ نماز بیٹھ کر نہیں پڑھ سکتی تھی۔ تکیے رکھ کر پڑھتی تھی۔ میں نے عبقری کے حوالے سے ذکر کیا کہ میرے پاس نسخہ ہے۔ میں نے کہا کہ اس نسخہ میں ایک چیز مشکل ہے وہ آک کی جڑ کا چھلکا۔ لیڈی ڈاکٹر نے کہا کہ یہ میرے لیے مشکل نہیں کہ میرا بہنوئی ڈی ایس پی ریٹائرڈ ہے۔ آخر کار وہ مچھ جیل کی طرف گاڑی میں 3-4 آدمیوں کو ساتھ لے گیا اور وہاں آک کا پودا کاٹ کر اس کی جڑ نکال لی۔ اس کا چھلکا اتارا، گھر میں لا کر خشک کیا۔ میں نے جب اسے کوٹا تو وہ ایک چھٹانک نکلا پھر اس میں اور دوائیں ملا کر دوائی تیار کی۔ اس نے دوائی استعمال کرنا شروع کی۔ کچھ عرصے کے بعد ہسپتال میں ملی اور کہا کہ زمین آسمان کا فرق ہے۔ میں دن رات آپ کو دعائیں دیتی ہوں۔ پھر میں نے اپنی بڑی بہن کو بھی یہ نسخہ بتایا۔ وہ بھی استعمال کر رہی ہے، اسے بھی فائدہ ہوا ہے۔

پھر میری بیوی کو جوڑوں اور پاؤں میں درد ہوتا تھا میں نے یہ نسخہ اپنی بیوی کو بھی دیا۔ اسے فائدہ ہوا۔ جب پاؤں میں تکلیف ہوتی تو وہ دوائی کھا لیتی۔

ھوالشافی: آک کی جڑ کا چھلکا خشک شدہ ایک پاؤ، کلونجی ایک پاؤ، اجوائن ایک پاؤ، ان تمام ادویات کو بالکل باریک پیس کر سفوف تیار کریں۔ مقدار خوراک میں ایک چمچ سے آدھا چمچ دن میں تین یا چار بار، چائے، دودھ یا پانی کے ہمراہ کھانے سے قبل۔ یہ نسخہ حکیم صاحب کی کتاب کلونجی کے کرشمات کے صفحہ نمبر 35 پر درج ہے۔

نوٹ: بعض لوگوں کو دوائی کھانے سے کچھ متلی کی کیفیت ہوتی ہے۔ گھبرائیں نہیں، بلکہ مقدار کم یا زیادہ لیتے رہیں۔ بالوں اور جوڑوں کے تمام نسخہ جات حکیم صاحب کی کتاب کلونجی کے کرشمات میں پڑھیں۔

ہاضم خاص اور میرا مشاہدہ:

میرا بہنوئی لاہور میں رہتا ہے۔ میں عبقری کے دفتر سے ہاضم خاص لے گیا تھا۔ میں بہن کے گھر گیا تو بہن کو معدہ کی تکلیف تھی۔ وہ کہیں ختم میں گئی تھی۔ وہاں کچھ کھایا پیا تھا اس کی وجہ سے معدہ خراب ہو گیا۔ میں نے ہاضم خاص کا تذکرہ کیا تو کہنے لگی کہ میری طبیعت نہایت خراب ہے۔ متلی ہو رہی ہے، دل ڈوب رہا ہے اور گھبرا رہا ہے۔ انہیں فوراً ہاضم خاص کا ایک چمچ دیا۔ 1/2 گھنٹے بعد کہتی ہے کہ میں بالکل تندرست ہو گئی ہوں، دل، معدہ اور تمام اعصاب بالکل درست انداز میں حرکت کر رہے ہیں۔

میری بہن نے کہا کہ یہ پھکی مجھے بھی دے جائیں۔ میں نے آدھی اپنی بہن کو دے دی۔ میری بہن کے گھر والوں کو یہ پھکی اتنی مفید ثابت ہوئی کہ اب یہ ان کے گھر کی ضرورت بن گئی ہے۔ گھر کا ہر فرد حتیٰ کہ رشتہ دار اور ملنے والے بھی ہاضم خاص سے مستفید ہونا شروع ہو گئے اور بے شمار لوگوں نے شفاء پائی۔ اس پھکی کو میں خود اور میرے گھر والے بھی استعمال کرتے ہیں۔

محمد اویس ڈیفنس لاہور کے تجربات و مشاہدات قارئین کے لیے

شادی کیلئے عمل:

یہ وظیفہ مجھے ایک لنگڑے نے دیا تھا۔ "**یَـــا وَدُوْدُ**" 3125 دفعہ جمعہ کی نماز کے بعد سنتوں کے بعد پڑھیں جب تک مسئلہ حل نہ ہو ہر جمعہ کر پڑھیں۔ میرا مسئلہ تیسرا جمعہ گزرنے کے بعد حل ہو گیا تھا۔

طاقت کیلئے مجرب اور آزمودہ نسخہ:

مغز بنولہ ایک چمچ سفوف، مغز دھنیہ ایک چمچ سفوف، چہار مغز ایک چمچ سفوف، بادام گریاں سفوف۔

ان تمام اجزاء کو 1/2 کلو پانی میں ڈال کر بلینڈر مشین میں اچھی طرح شیک کریں۔ ململ کے کپڑے کے ساتھ اچھے طریقے سے نچوڑیں۔ صرف پانی استعمال کریں۔ اس آدھا کلو

پانی میں آدھا کلو دودھ ڈال کر اس کو ہلکی آنچ پر ہلاتے رہیں۔ جب آدھا باقی رہ جائے تو کسی دوسری پلیٹ میں ایک چمچ دیسی گھی میں 2 الائچی کے دانے ڈال کر گرم کر کے اسی کے اندر بھگار لگائیں۔ چینی حسب ضرورت استعمال کریں اور رات کو سوتے وقت اس کو پی لیں اور آٹھ دن کے بعد حیرت انگیز رزلٹ دیکھیں۔ یہ نسخہ میں نے جتنے لوگوں کو دیا، حیرت انگیز رزلٹ ملے۔ قوت، طاقت اور انرجی کے لیے لاجواب ہے۔ جس حکیم صاحب نے یہ نسخہ دیا تھا وہ خود بے شمار لوگوں کو استعمال کرا چکے ہیں۔ ایک وڈیرے کو بنا کر دیتے تھے۔ اس کی چار بیویاں تھیں۔ اس طرح خود میں نے بے شمار لوگوں کو دیا جو اپنی جسمانی اور خاص طاقت سے مایوس ہو چکے تھے۔ یقینی فائدہ ہوا اور کسی ایک نے بھی شکوہ نہیں کیا۔ مجھے خود اعصابی کمزوری، سر میں غنودگی رہتی تھی۔ جسم بالکل بے جان رہتا تھا میں نے خود اس نسخہ کو 10-15 دن استعمال کیا اور بالکل ٹھیک ہو گیا۔ اس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔

عقرقرحا اور تخم ریحان والا نسخہ:

بھائی کے دوست کی شادی تھی اور جنسی طور پر وہ کافی کمزور تھا۔ اس کو سخت ضرورت تھی۔ اس کے علاوہ 10-12 مریضوں کو دیا۔ نشاط کالونی میں لڑکا بالکل نامرد تھا۔ اس کو یہ والا نسخہ بنا کر دیا اور پندرہ دن کے بعد اس کی مردانہ طاقت بہت زیادہ ہو گئی۔ ایک عیسائی کو یہی والا نسخہ بنا کر دیا تو چند دنوں کے بعد نامردی ایسے ختم ہو گئی جیسے پہلے تھی ہی نہیں۔ اس نے پہلے سے زیادہ عزت کرنا شروع کر دی۔ اس کے علاوہ بھی جس کو بھی یہ والا نسخہ استعمال کرایا مثبت جواب ملا۔

ھوالشافی: کلونجی 50 گرام، عقرقرحا 50 گرام، تخم ریحان 50 گرام، مصری 50 گرام،

ترکیب تیاری: تخم ریحان کے علاوہ باقی تمام اجزاء کوٹ پیس کو سفوف بنائیں اور محفوظ رکھیں، ان تمام اجزاء کو کوٹنے کے بعد تخم ریحان بغیر کوٹے پیسے تمام ادویات میں ملا لیں اور ایک چوتھائی چمچ صبح اور شام بعد از غذا استعمال کریں۔

ترکیب استعمال: جنسی کمزوری اور بے طاقتی کا تیر بہدف نسخہ ہے۔ جسم میں نشاط، کیف، کیفیات، نئے ولولے، نئی جوانی اور نئی امنگیں پیدا کرتا ہے۔ یہ ایک سینے کا راز ہے جو کہ قارئین کی خدمت میں بلا کم و کاست پیش کر دیا ہے۔ امید ہے جائز ضرورت کے لیے استعمال کریں گے۔ مزید وضاحت کے لیے حکیم صاحب کی کتاب کلونجی کے کرشمات میں صفحہ نمبر 22 تا 24 پڑھیں۔

ایک انوکھا راز صرف مایوس مریض پڑھیں:

جون 2007 میں اس نام سے ایک آرٹیکل ماہنامہ عبقری کے جون کے شمارے میں صفحہ نمبر 4 پر چھپا۔ جس کو میں نے پڑھا۔ جس میں جوڑوں کے درد کے لیے ایک نسخہ دیا گیا تھا جو بنانے میں نہایت آسان ہے جس کو میں نے خود بنایا اور جوڑوں کے 5-7 مریضوں کو دیا، جو بالکل تندرست ہو گئے۔ یہ مریض ایسے تھے جو درد کی تکلیف کی وجہ سے پیدل چل نہیں سکتے تھے لیکن کچھ عرصہ استعمال کرنے کے بعد چلنے کے قابل ہو گئے بلکہ آہستہ آہستہ ان کے جوڑوں میں درد بھی ختم ہو گیا۔

نسخہ ھوالشافی: گوند کتیرہ ایک چھٹانک، گوند ببول (گوند کیکر) ایک پاؤ، گھی دیسی ایک چاول والا چمچ۔

مزید وضاحت کے لیے ماہنامہ عبقری جون 2007ء کا صفحہ نمبر 4 پڑھیں۔

قبض کا آسان نسخہ:

میرے گھر کے ساتھ ایک خاتون زیتون نامی رہتی تھی قبض کی وجہ سے اس کے سر کو دورہ پڑتا تھا۔ ہمارے بڑے بہنوئی نے ڈاکٹروں کو دکھایا تو انہوں نے بتی دی۔ اس سے بھی افاقہ نہ ہوا تو ڈاکٹروں نے آخر کار کہا کہ اس عورت کا آپریشن کرنا پڑے گا۔ سب گھر والے پریشان تھے کہ باجی نے دودھ کے ساتھ کوئی دوائی دی تو صبح کو زیتون بی بی کا پاخانہ ٹھیک ہو گیا۔

نسخہ ھوالشافی: چھوٹی کالی ہڑ فرائی پین میں ڈال کر گھی سے بھون لیں۔ پھر پیس لیں۔ 1/2 چمچ کھانے کے بعد گرم دودھ پانی کے ساتھ لیں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔

چوری کا الزام:

ایک دفعہ مجھے فون آیا کہ آپ تھانے آئیں کہ آپ پر چوری کا الزام ہے کہ آپ نے کمپیوٹر چوری کیا ہے۔ اتفاق کی بات ہے کہ میرے ساتھ رہنے والا لڑکا اپنے گھر منڈی بہاؤالدین گیا تھا اور تھانے والوں نے مجھے ڈرایا دھمکایا۔ آخر صبح حلف کا وقت رکھ دیا گیا۔ میں نے گھر میں نہیں بتایا بلکہ ساری رات رو رو کر حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ o (سورۂ آل عمران آیت نمبر 173) اور "رَبِّ اَنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ o (سورۃ القمر آیت نمبر 10) خوب پڑھا۔ صبح خوف اور پریشانی خود بخود دور ہو گئی۔ کچھ دنوں کے بعد کمپیوٹر مل گیا اور تھانے والوں نے مجھ سے معذرت کی۔

دشمن کے شر سے حفاظت کے لیے:

ایک دشمن کے شر سے حفاظت کے لیے "رَبِّ اَنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ o (سورۃ القمر آیت نمبر 10) سارا دن چلتے پھرتے اس کے چہرے کا تصور کر کے پھونک مارتا رہتا۔ اللہ پاک نے اپنے نام کی برکت سے مجھے اس کے شر سے محفوظ رکھا اور پریشانی اور رسوائی اُس کا مقدر بن گئی۔

دو انمول خزانے کی برکت:

ایک لڑکی سے تعلق تھا۔ وہ بھاگ کر کوٹھے پر چلی گئی اور الزام مجھ پر لگ گیا۔ وہ کوٹھا ایک تھانیدار کی زیر نگرانی چل رہا تھا۔ ساری رات بھکاری بن کر دو انمول خزانے کا ورد مکمل توجہ اور دھیان سے کرتا رہا۔ آخر لڑکی صبح کو اپنے گھر خود بخود واپس آ گئی اور میں الزام سے بچ گیا۔

اَللّٰهُمَّ اِنَّا نَجْعَلُكَ فِیْ نُحُوْرِهِمْ وَنَعُوْذُبِكَ مِنْ شُرُوْرِهِمْ:۔

ڈاکٹر آفتاب صاحب کے ماموں زاد بھائی بزرگ ہیں۔ انہوں نے ہدیہ کیا تھا۔ مغرب کی نماز کے بعد اور فجر کی نماز کے بعد 7 بار اپنے دشمن کا تصور کر کے پڑھیں اس کے علاوہ اٹھتے بیٹھتے پڑھتے رہیں۔ ان شاء اللہ دشمن اپنے ہر حربے میں ناکام ہوگا۔

یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ:۔

عشاء کے بعد خاص وقت مقررہ پر یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ کی 12 دن 12 تسبیح کرنی ہے۔ قبلہ رخ ہو کر تسبیح کرنی ہے۔ تسبیح کے بعد کسی سے بات نہیں کرنی بلکہ سو جانا ہے۔ اگر کسی سے رقم لینی مقصود ہو تو یہی وظیفہ لگاتار کریں۔ جب آٹھواں دن ختم ہوگا مخالف خود بخود پیسے دے کر جائے گا اور معذرت بھی کرے گا۔ اس وظیفہ کو کرنے کے لیے شرط ہے کہ وقت مقرر ہو اور اس کے لیے جگہ مقرر نہیں ہوتی۔ ہمارے ایک دوست کی پہلی بیوی فوت ہو گئی تھی اور وہ کافی پریشان تھے آخر کار یہ وظیفہ یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ والا پڑھا اور چند دنوں میں انکی کی دوسری شادی ہو گئی۔

ٹانسلز کا آخری علاج:۔ ٹانسلز کے لیے ایک نسخہ حاضر ہے۔ بہت آزمودہ ہے۔ ایک گلاس پانی اُبال کر ہلکا نیم گرم کر لیں ایک گولی ڈسپرین تھوڑا سا نمک، چٹکی بھر میٹھا سوڈا حل کر کے دن میں 4 بار غرارے کریں۔ کچھ عرصہ باقاعدہ کریں پھر بعد میں جب بھی تکلیف محسوس ہو غرارے کر لیں۔ آپریشن کے بغیر ہی مریض اس سے تندرست ہو جائے گا۔

(رضوانہ صفدر۔ حسن پورہ گجرات)

بولتی زبان اچانک چھن گئی

جب زلزلہ آیا تو سب کچھ ماں، باپ، بیوی، بچے، مال، مویشی، گودام، زمین دیکھتے ہی دیکھتے اس دریا نے ہضم کر لیے

(غلام مصطفیٰ، مظفر گڑھ)

واقعہ بڑا عجیب وغریب اور سوچنے پر مجبور کر دینے والا ہے۔ جب بھٹو کی حکومت تھی تو شمالی علاقہ جات، بشام، شاہ پور، سوات وغیرہ کے علاقوں میں انتہائی خطرناک قسم کا زلزلہ آیا تھا۔ پورے علاقے صفحۂ ہستی سے نابود ہو گئے تھے۔ سینکڑوں لوگوں کو اپنی زندگی سے ہاتھ دھونا پڑا اور کئی لوگ معذور اور اپاہج ہو گئے تھے۔ علاقے والوں کی طرف سے ہر قسم کی امداد زلزلہ زدگان کو دی جارہی تھی۔ میری ڈیوٹی چوک یادگار میں امدادی سامان اور رقوم جمع کرنا تھی۔ کچھ دنوں کیلئے مجھے آرام کیلئے رخصت ہو گئی۔ ایک دن مجھے رامپورہ گیٹ میں جانے کا اتفاق ہوا اور میں مختلف اخبار اور رسال دیکھنے میں مشغول تھا کہ جناب امیر صاحب تشریف لے آئے' مجھے دیکھتے ہی کہنے لگے کہ یہ ٹرک تیار کھڑا ہے اس کے ساتھ بشام کیمپ پہنچ جاؤ۔ 15 دن کیلئے تمہاری ڈیوٹی وہیں بشام میں ہوگی لہٰذا آپ جانے کی تیاری کر لیں اور گھر والوں کو اطلاع کر دیں۔ میں تقریباً 2 بجے تیار ہو کر ٹرک پر موجود تھا۔ تقریباً 3 بجے روانگی ہوئی۔ سخت سردی تھی۔ ہم لوگوں کو رات بیگورہ میں ایک جماعتی ساتھی کے گھر بسر کرنا پڑی۔ صبح فجر کی نماز کے بعد بیگورہ سے مرکزی کیمپ بشام کیلئے ٹرک روانہ ہوا تمام درخت راستے میں برف سے ڈھکے پڑے تھے۔ تمام راستے برفباری سے سفید تھے۔ بشام میں دریا کے کنارے ہمارا مرکزی کیمپ تھا۔ آٹا' چائے' گڑ' گرم کپڑے' کمبل' لحاف اور ہر قسم کی ادویات بھی موجود تھیں۔ وہاں سے میں دوسرے تیسرے کیمپ تک گیا۔ اس طرح میں یکے بعد دیگرے آخری کیمپ تک ہو آیا۔ ایک عجیب اور حیران کن بات یہ تھی ہر منٹ بعد زلزلہ مسلسل آرہا تھا۔ جس کیمپ کا میں ذکر کر رہا ہوں وہ بہت بڑا بازار تھا جو کہ ڈھیر بن چکا تھا۔ ہمارے سامنے کی طرف لکڑیوں اور پتھروں کا ڈھیر تھا اور ہماری پیٹھ کی طرف گہرائی میں ایک پرشور دریا تھا جو کہ برفانی پانیوں سے پُر بہہ رہا تھا۔ جیسا کہ میں پہلے عرض کر چکا ہوں کہ ہر منٹ بعد زلزلہ آرہا تھا کہ اچانک بڑا ہی شدید (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

"دانت اور ڈاڑھ کا درد"

ایک روحانی نسخہ میرا اپنا مجرب شدہ، تقریباً دس سال سے استعمال شدہ پیش کرتا ہوں۔ قبول فرمائیں۔ "برائے دانت، ڈاڑھ کا درد"

میں نے بزرگوں سے سنا تھا کہ وتر کی نماز میں پہلی رکعت میں سورۂ نصر، دوسری میں سورۂ لہب اور تیسری میں سورۂ اخلاص پڑھنے سے دانت اور ڈاڑھ درد نہیں کرتے۔ یہی عمل میں نے عملیات کی ایک دو کتابوں میں دیکھا تو عمل شروع کر دیا۔ لیکن اس کے ساتھ ساتھ ہر مرتبہ چھینک آنے کے بعد یہ دعا بھی ضرور پڑھنا چاہیے۔ (اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ عَلٰى كُلِّ حَالٍ مَّا كَانَ) اس ضمن میں ایک حکایت عرض کرتا ہوں کہ اس کی اہمیت واضح ہو جائے۔

ایک مرتبہ میری ڈاڑھ میں درد ہوا۔ جب دو، تین دن درد رہا تو مجھے شک ہوا کہ عمل شاید درست نہیں ہوا۔ پھر میں نے شیشہ دیکھا اور باریک لکڑی پھیری تو چھوٹا سا ہڈی کا ٹکڑا نکلا اور درد ختم ہوئی۔ یہ عمل میں نے کئی لوگوں کو بتایا جس نے بھی عمل کیا اس کو نفع ہوا لہٰذا دونوں عمل اکٹھے کیے جائیں یعنی

1۔ نماز وتر والا، 2۔ چھینک کے بعد دعا والا

(مرسلہ: حکیم وعامل چوہدری عدیل شہزاد۔ کراچی)

تقدیر کا فیصلہ

(حاجی نذیر احمد ضیاء)

ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ دولہا کی ہتھیلی پر زہریلا ڈنگ ہے جس سے اس کی موت واقعہ ہوئی ہے' تقدیر ہو کر رہتی ہے۔

جن دنوں کا یہ واقعہ ہے اس زمانہ میں شادی بیاہ کے موقعہ پر بارات کو رات ٹھہرایا جاتا تھا۔ جوانی کے دن تھے، بہار کا زمانہ تھا کہ میرے ایک دوست کی شادی آگئی۔ بارات روانہ ہوئی اور منزل پر پہنچ گئی۔ تواضع وخاطر کے بعد رات کو بارات کو روک لیا گیا۔ گرمیوں کا زمانہ تھا' کھلے میدان میں چارپائیاں ڈال دی گئیں۔ آہستہ آہستہ رات گزرنے لگی اور باراتی نیند کی گہری وادی میں اترتے گئے۔ میں اور میرا دوست ایک ہی چارپائی پر لیٹ گئے اور دیر تک ادھر ادھر باتیں کرتے رہے حتیٰ کہ آدھی رات گزر گئی۔ اچانک کیا دیکھتا ہوں کہ دولہا صاحب جو ہمارے نزدیک ہی ایک چارپائی پر گہری نیند سویا ہوا ہے اور اس کا ایک ہاتھ چارپائی کے باہر لمبائی پر کھلا ہوا ہے۔

گاؤں میں گوبر کے اُپلے اکٹھے کر کے موصل کی شکل بنا دی جاتی ہے اور اوپر سے گوبر کی لپائی کر دی جاتی ہے تاکہ بارش سے محفوظ رہے۔ اس موصل میں ایک سوراخ بنا دیا جاتا ہے اور حسب ضرورت اس میں سے اُپلے جلانے کیلئے نکال لیے جاتے ہیں۔ کیا دیکھتا ہوں کہ اس موصل سے ایک بڑا بچھو نکلا اور آہستہ آہستہ رینگتا ہوا دولہا کی چارپائی کے پاس پہنچ گیا اور بار بار اچھل کر دولہا کے کھلے ہاتھ کی ہتھیلی پر ڈسنے کی کوشش کی مگر کامیاب نہ ہوا۔ واپس موصل میں پہنچا اور ایک اُپلا لیکر رول کرتا ہوا دوبارہ دولہا کی چارپائی تک پہنچا وہاں پر اُپلا رکھا اور اس پر چڑھ کر دولہا کی ہتھیلی پر ڈسا اور واپس اُپلے کو دھکیلتا ہوا موصل میں داخل ہو کر غائب ہو گیا۔ اس وقت میں اور میرا دوست بقائمی ہوش وحواس میں تھے مگر نہ تو بول سکتے تھے اور نہ حرکت کر سکتے تھے۔

قدرت کاملہ نے بے بس کر کے رکھ دیا تھا۔ صبح ہونے پر جب دولہا صاحب مردہ پائے گئے اور ڈاکٹر صاحب کو بلایا گیا تو ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ دولہا کی ہتھیلی پر زہریلا ڈنگ ہے جس سے اس کی موت واقعہ ہوئی ہے، تقدیر ہو کر رہتی ہے۔

پھوڑے پھنسیوں کیلئے: فالسے کے پتے باریک پیس کر پھوڑے پھنسیوں پر لگائیں تو آرام آجاتا ہے۔

(بقیہ: السی استعمال کیجئے)

کھل جاتی ہیں اور زکام بہہ جاتا ہے، اگر کسی کو کسی جگہ سے خون آ رہا ہو تو اس کی جلی ہوئی راکھ چھڑکنے سے بند ہو جاتا ہے۔ اس موقع پر اس کی چھال کو جلا کر استعمال میں لانا مفید ہے۔ السی کے پھولوں سے دل کو فرحت اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔ موسم سرما میں السی کو بادام پستہ، گھی، شکر کے ہمراہ ایک طاقت ور غذا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اس سے کمر میں درد اور پیشاب کی زیادتی میں فائدہ ہوتا ہے۔ ورموں کو تحلیل کرنے اور پھوڑے پھنسیوں کو پکانے کی غرض سے اس کا پلٹس باندھنا ایک اچھی تدبیر ہے۔ پلٹس باندھنے سے ورم بہت جلد تحلیل ہو جاتا ہے۔ بیرونی ورم کے علاوہ اندرونی ورموں مثلاً ذات الریہ ذات الجنب ورم باریطون جوڑوں کے ورم، عروق خشنہ کے ورم، جگر کے ورم، کھانسی اور دوسرے سوزشی مرضوں میں السی کے بیجوں کا لیپ مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس کیلئے السی کے بیجوں کو کوٹ کر استعمال کرنا چاہیے۔ اندرونی قسم کے ورموں میں السی کو مؤثر بنانے کیلئے السی میں سولہواں حصہ رائی شامل کی جائے۔ اگر جوڑوں کے درد میں السی کے برابر وزن اسپغول کے ساتھ استعمال کیا جائے تو نتائج اور مؤثر ہو جاتے ہیں۔ پیشاب اور حیض کی رکاوٹ کیلئے السی کی تین گرام مقدار کا استعمال کافی ہے۔ یہ مقدار روزانہ چند دن تک دی جائے۔ چھائیوں کی صورت میں سرکے میں پیس کر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے اور مہاسوں میں بھی اثر دکھاتی ہے۔ آشوب چشم میں لعاب آنکھ کے چاروں طرف لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ السی (تخم کتاں) کو پیس کر شہد میں ملا کر چاٹنے سے فائدہ ہوتا ہے اگر خشکی محسوس ہو تو اس میں مغز بادام مقشر بھی شامل کیے جا سکتے ہیں۔ السی کا تیل بھی مفید ہے۔ اس کا مزاج گرم و تر ہے۔ ورموں پر مالش میں فائدہ دیتا ہے۔ جوڑوں کے درد اور ورم میں اس کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے۔ جلے ہوئے مقام پر اگر السی کا تیل چونے میں ملا کر لگایا جائے تو زخم ٹھیک ہو جاتے ہیں اور سوزش جلن جاتی رہتی ہے۔ جلے ہوئے مقامات کے زخموں کو سڑنے سے محفوظ رکھتا ہے۔ طب میں السی سے بہت سی ادویات تیار کی جاتی ہیں۔

(بقیہ: بیوٹی پارلرز خطرناک ہیں)

اصولوں پر سختی سے عمل کرنے سے بعد میں چنبل جیسی کیفیت سے واسطہ پڑتا ہے لیکن اس میں موروثی عوامل کا بھی دخل ہے۔

پروفیسر موصوف کے خیال میں انفیکشن سے واسطہ پڑنے کے حوالے سے بچے کی زندگی کے پہلے چھ ماہ سب سے اہم ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ان کی تحقیق کا یہ مطلب نہیں کہ ہم زمانہ قدیم کے دور کی طرف لوٹ جائیں کہ جب حفظان صحت کی جانب سے بے توجہی کے سبب بچوں کی شرح اموات بہت زیادہ تھی۔ بات بس اتنی ہے کہ حفظان صحت کے اصولوں کی اتنی زیادہ فکر نہ کریں کہ یہ خود ایک مسئلہ بن جائے۔ توازن قائم رکھنا بہر طور اہم ہے۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ یہ تحقیق ابھی ابتدائی مرحلے میں ہے تاہم ان کی تحقیق کے جو نتائج سامنے آئے ہیں وہ اس نظریے سے مطابقت رکھتے ہیں کہ الرجی پیدا کرنے میں مختلف عوامل کارفرما ہوتے ہیں۔

طبی ماہرین خون کے معائنے سے پتا چلا سکتے ہیں کہ بچوں کو انفیکشن لگنے والے ذرائع سے کتنا محفوظ رکھا گیا ہے۔ نیز یہ کہ اس کے نظام میں کتنے اور کس قسم کے ضد اجسام (اینٹی باڈیز) ہیں؟

(بقیہ: بولتی زبان اچانک چھن گئی)

قسم کا زلزلہ آیا۔ میں نے محسوس کیا کہ کچھ ہونے والا ہے میں نے مڑ کر دیکھا تو ایک پہاڑ کا بہت بڑا حصہ ٹوٹ کر نیچے آ رہا تھا اور سیدھا نیچے دریا میں گر کر غائب ہو گیا۔ یہ روز کا معمول تھا اور ہم ان نظاروں کے عادی ہو چکے تھے۔ ہمارے کیمپ میں ایک مقامی لڑکا تھا جو کہ ہمارے کام میں ہمارا ہاتھ بٹاتا تھا۔ میں تو یہی سمجھ رہا تھا کہ یہ صاحب بول نہیں سکتا مگر سن سکتا ہے لیکن میری حیرانگی کی انتہا ہو گئی جب وہ ایک دوسرے مقامی شخص سے باتیں کر رہا تھا (یاد رہے کہ مذکورہ لڑکا جو کہ نہ بولتا تھا اور نہ ہی میں نے اسے کچھ کھاتے پیتے دیکھا تھا) لیکن اس کی حرکتیں کچھ اب نارمل سی تھیں۔ میں نے دوسرے سے پوچھا کہ یہ تو بولتا ہی نہیں تھا۔ ہم سمجھے یہ گونگا ہے مگر یہ تو تم سے باتیں کر رہا ہے۔ وہ دوسرا لڑکا جو کہ اس سے عمر میں کچھ بڑا لگ رہا تھا، نے بتایا کہ یہ میرا چھوٹا بھائی ہے۔ اس علاقے کے سب سے زیادہ مال دار ہم ہی تھے۔ یہ جو ایک پہاڑ بالکل سفید نظر آ رہا ہے یہ زلزلہ سے پہلے اس علاقہ میں سب سے زیادہ سرسبز پہاڑ تھا۔ اس کی چوٹی سے لیکر دریا تک زمین پر ہر قسم کا غلہ ہوتا تھا۔ گندم، جوار، چاول، املوک کے درخت، بادام اور اخروٹ کے درخت اور دیگر قسم کی اجناس بھی پیدا ہوتی تھیں۔ ہم دونوں کی دو دو بیویاں تھیں اور ہمارے والد صاحب کی بھی دو بیویاں تھیں۔ ہم دونوں ایک ہی ماں سے تھے اس کے بھی بچے تھے اور میرے بھی۔ اس علاقے میں سب سے زیادہ بھیڑ بکریاں ہمارے پاس تھیں۔ اسی طرح دیگر جانور گائیں اور بیل اس کے علاوہ ہمارے تین غلہ کے گودام بھرے رہتے تھے۔ ہم بڑی خوش و خرم زندگی گزار رہے تھے اور ہم اسی عیش و عشرت کی زندگی میں مگن تھے۔ ہمیں اپنے بال بچوں اور مال باپ کے سوا کچھ بھی تو نظر نہیں آ رہا تھا۔ ہم دنیا ہی کے ہو کر رہ گئے اور پھر آن واحد میں جب زلزلہ آیا تو سب کچھ مال، باپ، بیوی، بچے، مال، مویشی، گودام سب کچھ دیکھتے ہی دیکھتے اس دریا نے ہضم کر لیے۔ میں یہاں نہیں تھا۔ مگر یہ تو گھر پر ہی تھا کہ یہ قیامت ہم پر ٹوٹ پڑی اور ہمارا سب کچھ دریا برد ہو گیا۔ سب کچھ سے میرا مقصد یہ ہے کہ ہمارے گھر، گودام اس کے آٹھ بچے، دو بیویاں اور اسی طرح میرے چھ بچے اور دو بیویاں 5 بہنیں اور چار بھائی جو کہ چھوٹے تھے یہ سب آن واحد میں دریا نے ہڑپ کر لیے۔ جس کا نتیجہ یہ آپ کے سامنے ہے۔ اس کے ذہن پر یعنی دماغ پر صدمے سے اس کا یہ حال ہو گیا کہ بولنا کھانا پینا بھول گیا۔ صاحب اس کیلئے دعا کریں کہ اللہ تبارک و تعالیٰ اس کو یہ صدمہ برداشت کرنے کی طاقت و ہمت عطا کرے۔

جب انسان اللہ رب العزت کو بھول جاتا ہے تو اللہ جل شانہ اس کو بھی بھول جاتا ہے۔ وہ یہی سمجھتا رہتا ہے کہ بس میں ہی میں ہوں۔ فخر و تکبر سے اسے کسی کا بھی کوئی خیال نہیں رہتا۔ اللہ ہمیں اپنی حفظ و امان میں رکھے۔ (آمین ثم آمین)

موٹاپا۔ بلڈ پریشر کولیسٹرول۔ جوڑوں کا درد

خالص شہد، لہسن کی تین چار پوتھیاں، پھلوں کا سرکہ، لیموں ان سب کو گرائنڈ کر لیں اور 8 دن کے لیے فریج میں رکھیں اور اسکو روزانہ وقفے سے چیچ کے ساتھ ہلاتے رہیں اور نویں (9) دن کے بعد اس کو صبح خالی پیٹ ایک چمچہ استعمال کریں۔ موٹاپا، بلڈ پریشر اور جوڑوں کے درد کیلئے بہترین ہے۔

(شہناز مظفر۔ گجرات)

سانپ یا بچھو کے ڈسنے کا علاج

(1) جب سانپ یا بچھو (وغیرہ) ڈس لے اس پر سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کیا جائے اور یہ دم کرنا سات مرتبہ ہو۔

(2) حضور اقدس ﷺ کو بحالت نماز میں ایک مرتبہ بچھو نے ڈس لیا۔ آپ ﷺ نے نماز سے فارغ ہو کر فرمایا کہ بچھو پر اللہ کی لعنت ہو۔ نہ نماز پڑھنے والے کو چھوڑتا ہے نہ کسی دوسرے کو۔ اس کے بعد پانی اور نمک منگوایا اور نمک کو پانی میں گھول کر ڈسنے کی جگہ پر پھیرتے رہے اور سورۂ الکافرون، سورۂ فلق اور سورۂ الناس پڑھتے رہے۔

(3) حضرت عبداللہ بن زید ؓ بیان فرماتے ہیں کہ ہم نے حضور اقدس ﷺ پر زہریلے جانور کے کاٹے کا رقیہ پیش کیا (جو کچھ پڑھ کر دم کیا جائے وہ رقیہ ہے) آپ ﷺ نے اس کو سن کر اجازت مرحمت فرمائی اور فرمایا کہ یہ جنات کے معاہدہ کی چیزوں میں سے ہے۔ یعنی اس کو سن کر جنات دور ہو جاتے ہیں کیونکہ ان سے عہد لیا گیا تھا کہ اس کو سن کر چلے جائیں گے وہ رقیہ یہ ہے۔ "**بِسْمِ اللّٰهِ شَجَّةٌ قَرْنِيَّةٌ مِلْحَةٌ بَحْرٍ قِفْطَا**"

(بندہ ریاض حسین مکڑوال، میانوالی)

(بقیہ: عاشق الٰہی حضرت مولانا شاہ فضل الرحمٰن صاحب گنج مرادآبادی)

شروع ہو ختم کریں اور پڑھتے وقت حصار کے اندر بیٹھیں۔ حصار کا قاعدہ یہ ہے کہ سات تار کالے ریشم کے لے کر اس کو اپنے گرد دائرہ کی شکل میں بنالیں۔ منہ کھلا رہے اندر بیٹھ کر منہ بند رکھیں۔ صحت الفاظ کے ساتھ دعا پڑھیں اور تمام شرائط عامل پیش نظر رکھیں اور جب دن پورے ہو جائیں بکری یا مرغا ذبح کر کے فقراء کو صدقہ کریں اور جس مقصد کیلئے پڑھیں گے حکم الٰہی سے پورا ہوگا۔ ان شاء اللہ۔

ہر مرض کے لیے مجرب

ایک شخص نے حضرت کو اپنی تکالیف بیان کی۔ حضرت نے فرمایا کہ تریاق مجرب سے کہاں غافل ہو، یہ درود شریف پڑھا کرو۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ o اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰى رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْاَرْوَاحِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى قَلْبِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُلُوْبِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِي الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى قَبْرِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُبُوْرِ o جب اس شخص نے یہ درود شریف پڑھا تو اس کا مرض اور تکالیف غائب ہو گئی وہ بالکل تندرست ہو گیا جیسے کبھی بیمار تھا ہی نہیں۔ دنیا کے سب علماء اور سب کے سب درویش اس پر متفق ہیں کہ جو شخص کثرت سے درود شریف پڑھتا ہے وہ موت کی تلخی سے محفوظ رہتا ہے (مرسلہ: محمد ایوب لتھڑا۔ تونسہ شریف)

(بقیہ: السی استعمال کیجئے)

کھل جاتی ہیں اور زکام بہہ جاتا ہے، اگر کسی کو کسی جگہ سے خون آرہا ہو تو اس کی جلی ہوئی راکھ چھڑکنے سے بند ہو جاتا ہے۔ اس موقع پر اس کی چھال کو جلا کر استعمال میں لانا مفید ہے۔ السی کے پھولوں سے دل کو فرحت اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔ موسم سرما میں السی کو بادام پستہ، گھی، شکر کے ہمراہ ایک طاقت ور غذا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اس سے کمر میں درد اور پیشاب کی زیادتی میں فائدہ ہوتا ہے۔ ورموں کو تحلیل کرنے اور پھوڑے پھنسیوں کو پکانے کی غرض سے اس کا پلٹس باندھنا ایک اچھی تدبیر ہے۔ پلٹس باندھنے سے ورم بہت جلد تحلیل ہو جاتا ہے۔ بیرونی ورم کے علاوہ اندرونی ورموں مثلاً ذات الریہ ذات الجنب ورم باریطون جوڑوں کے ورم، عروق خشنہ کے ورم، جگر کے ورم، کھانسی اور دوسرے سوزشی مرضوں میں السی کے بیجوں کا لیپ مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس کیلئے السی کے بیجوں کو کوٹ کر استعمال کرنا چاہیے۔ اندرونی قسم کے ورموں میں السی کو موثر بنانے کیلئے السی میں سولہواں حصہ رائی شامل کی جائے۔ اگر جوڑوں کے درد میں السی کے برابر وزن اسپغول کے ساتھ استعمال کیا جائے تو نتائج اور موثر ہو جاتے ہیں۔ پیشاب اور حیض کی رکاوٹ کیلئے السی کی تین گرام مقدار کا استعمال کافی ہے۔ یہ مقدار روزانہ چند دن تک دی جائے۔ چھائیوں کی صورت میں سرکے میں پیس کر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے اور مہاسوں میں بھی اثر دکھاتی ہے۔ آشوب چشم میں لعاب آنکھ کے چاروں طرف لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ السی (تخم کتاں) کو پیس کر شہد میں ملا کر چاٹنے سے فائدہ ہوتا ہے اگر خشکی محسوس ہو تو اس میں مغز بادام مقشر بھی شامل کیے جا سکتے ہیں۔ السی کا تیل بھی مفید ہے۔ اس کا مزاج گرم وتر ہے۔ ورموں پر مالش میں فائدہ دیتا ہے۔ جوڑوں کے درد اور ورم میں اس کا استعمال مفید ثابت ہوا ہے۔ جلے ہوئے مقام پر اگر السی کا تیل چونے میں ملا کر لگایا جائے تو زخم ٹھیک ہو جاتے ہیں اور سوزش جلن جاتی رہتی ہے۔ جلے ہوئے مقامات کے زخموں کو سڑنے سے محفوظ رکھتا ہے۔ طب میں السی سے بہت سی ادویات تیار کی جاتی ہیں۔

(بقیہ: بیوٹی پارلرز خطرناک ہیں)

اصولوں پر سختی سے عمل کرنے سے بعد میں چنبل جیسی کیفیت سے واسطہ پڑتا ہے لیکن اس میں موروثی عوامل کا بھی دخل ہے۔

پروفیسر موصوف کے خیال میں انفیکشن سے واسطہ پڑنے کے حوالے سے بچے کی زندگی کے پہلے چھ ماہ سب سے اہم ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ان کی تحقیق کا یہ مطلب نہیں کہ ہم زمانہ قدیم کے دور کی طرف لوٹ جائیں کہ جب حفظان صحت کی جانب سے بے توجہی کے سبب بچوں کی شرح اموات بہت زیادہ تھی۔ بات بس اتنی ہے کہ حفظان صحت کے اصولوں کی اتنی زیادہ فکر نہ کریں کہ یہ خود ایک مسئلہ بن جائے۔ توازن قائم رکھنا بہرطور اہم ہے۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ یہ تحقیق ابھی ابتدائی مرحلے میں ہے تاہم ان کی تحقیق کے جو نتائج سامنے آئے ہیں وہ اس نظریے سے مطابقت رکھتے ہیں کہ الرجی پیدا کرنے میں مختلف عوامل کارفرما ہوتے ہیں۔

طبی ماہرین خون کے معائنے سے پتا چلا سکتے ہیں کہ بچوں کو انفیکشن لگنے والے ذرائع سے کتنا محفوظ رکھا گیا ہے۔ نیز یہ کہ اس کے نظام میں کتنے اور کس قسم کے صد اجسام (اینٹی باڈیز) ہیں؟

(بقیہ: بولتی زبان اچانک چھن گئی)

قسم کا زلزلہ آیا۔ میں نے محسوس کیا کہ کچھ ہونے والا ہے میں نے مڑ کر دیکھا تو ایک پہاڑ کا بہت بڑا حصہ ٹوٹ کر نیچے آرہا تھا اور سیدھا نیچے دریا میں گر کر غائب ہو گیا۔ یہ روز کا معمول تھا اور ہم ان نظاروں کے عادی ہو چکے تھے۔ ہمارے کیمپ میں ایک مقامی لڑکا تھا جو کہ ہمارے کام میں ہمارا ہاتھ بٹاتا تھا۔ میں تو یہی سمجھ رہا تھا کہ یہ صاحب بول نہیں سکتا مگر سن سکتا ہے لیکن میری حیرانگی کی انتہا ہو گئی جب وہ ایک دوسرے مقامی شخص سے باتیں کر رہا تھا (یاد رہے کہ مذکورہ لڑکا جو کہ نہ بولتا تھا اور نہ ہی میں نے اسے کچھ کھاتے پیتے دیکھا تھا) لیکن اس کی حرکتیں کچھ اب نارمل سی تھیں۔ میں نے دوسرے سے پوچھا کہ یہ تو بولتا ہی نہیں تھا۔ ہم سمجھے یہ گونگا ہے مگر یہ تو تم سے باتیں کر رہا ہے۔ وہ دوسرا لڑکا جو کہ اس سے عمر میں کچھ بڑا لگ رہا تھا، نے بتایا کہ یہ میرا چھوٹا بھائی ہے۔ اس علاقے کے سب سے زیادہ مال دار ہم ہی تھے۔ یہ جو ایک پہاڑ بالکل سفید نظر آرہا ہے یہ زلزلہ سے پہلے اس علاقہ میں سب سے زیادہ سرسبز پہاڑ تھا۔ اس کی چوٹی سے لیکر دریا تک زمین پر ہر قسم کا غلہ ہوتا تھا۔ گندم، جوار، چاول، املوک کے درخت، بادام اور اخروٹ کے درخت اور دیگر قسم کی اجناس بھی پیدا ہوتی تھیں۔ ہم دونوں کی دو دو بیویاں تھیں اور ہمارے والد صاحب کی بھی دو بیویاں تھیں۔ ہم دونوں ایک ہی ماں سے تھے اس کے بھی بچے تھے اور میرے بھی۔ اس علاقے میں سب سے زیادہ بھیڑ بکریاں ہمارے پاس تھیں۔ اس طرح دیگر جانور گائیں اور بیل اس کے علاوہ ہمارے تین غلہ کے گودام بھرے رہتے تھے۔ ہم بڑی خوش وخرم زندگی گزار رہے تھے اور ہم اسی عیش وعشرت کی زندگی میں مگن تھے۔ ہمیں اپنے بال بچوں اور ماں باپ کے سوا کچھ بھی تو نظر نہیں آرہا تھا۔ ہم دنیا ہی کے ہو کر رہ گئے اور پھر آن واحد میں جب زلزلہ آیا تو سب کچھ ماں، باپ، بیوی، بچے، مال مویشی، گودام، سب کچھ دیکھتے ہی دیکھتے اس دریا نے ہضم کر لیے۔ میں یہاں نہیں تھا۔ مگر یہ تو گھر پر ہی تھا کہ یہ قیامت ہم پر ٹوٹ پڑی اور ہمارا سب کچھ دریا برد ہو گیا۔ سب کچھ سے میرا مقصد یہ ہے کہ ہمارے گھر، گودام، اس کے آٹھ بچے، دو بیویاں اور اسی طرح میرے چھ بچے اور دو بیویاں، 5 بہنیں اور چار بھائی جو کہ چھوٹے تھے یہ سب آن واحد میں دریا نے ہڑپ کر لیے۔ جس کا نتیجہ یہ آپ کے سامنے ہے۔ اس کے ذہن پر یعنی دماغ پر صدمے سے اس کا یہ حال ہو گیا کہ بولنا کھانا پینا بھول گیا۔ صاحب اس کیلئے دعا کریں کہ اللہ تبارک وتعالیٰ اس کو یہ صدمہ برداشت کرنے کی طاقت وہمت عطا کرے۔

جب انسان اللہ رب العزت کو بھول جاتا ہے تو اللہ جل شانہ اس کو بھی بھول جاتا ہے۔ وہ یہی سمجھتا رہتا ہے کہ بس میں ہی میں ہوں۔ فخر وتکبر سے اسے کسی کا بھی کوئی خیال نہیں رہتا۔ اللہ ہمیں اپنی حفظ وامان میں رکھے۔ (آمین ثم آمین)

موٹاپا۔ بلڈ پریشر کولیسٹرول۔ جوڑوں کا درد

خالص شہد، لہسن کی تین چار پوتھیاں، پھلوں کا سرکہ، لیموں ان سب کو گرائنڈ کر لیں اور 8 دن کے لیے فریج میں رکھیں اور اسکو روزانہ وقفے سے چمچ کے ساتھ ہلاتے رہیں اور نویں (9) دن کے بعد اس کو صبح خالی پیٹ ایک چمچ استعمال کریں۔ موٹاپا، بلڈ پریشر اور جوڑوں کے درد کیلئے بہترین ہے۔

(شہناز مظفر۔ گجرات)

سانپ یا بچھو کے ڈسنے کا علاج

(1) جب سانپ یا بچھو (وغیرہ) ڈس لے اس پر سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کیا جائے اور یہ دم کرنا سات مرتبہ ہو۔

(2) حضور اقدس ﷺ کو بحالت نماز میں ایک مرتبہ بچھو نے ڈس لیا۔ آپ ﷺ نے نماز سے فارغ ہو کر فرمایا کہ بچھو پر اللہ کی لعنت ہو۔ نہ نماز پڑھنے والے کو چھوڑتا ہے نہ کسی دوسرے کو۔ اس کے بعد پانی اور نمک منگوایا اور نمک کو پانی میں گھول کر ڈسنے کی جگہ پر پھیرتے رہے اور سورۂ الکافرون، سورۂ فلق اور سورۂ الناس پڑھتے رہے۔

(3) حضرت عبداللہ بن زیدؓ بیان فرماتے ہیں کہ ہم نے حضور اقدس ﷺ پر زہریلے جانور کے کاٹے کا رقیہ پیش کیا (جو کچھ پڑھ کر دم کیا جائے وہ رقیہ ہے) آپ ﷺ نے اس کو سن کر اجازت مرحمت فرمائی اور فرمایا کہ یہ جنات کے معاہدہ کی چیزوں میں سے ہے۔ یعنی اس کو سن کر جنات دور ہو جاتے ہیں کیونکہ ان سے عہد لیا گیا تھا کہ اس کو سن کر چلے جائیں گے وہ رقیہ یہ ہے۔ "**بِسْمِ اللّٰهِ شَجَّةٌ قَرْنِيَّةٌ مِلْحَةٌ بِحْيِ قِفْطَا**"

(بندہ ریاض حسین مکڑوال، میانوالی)

(بقیہ: عاشق الٰہی حضرت مولانا شاہ فضل الرحمٰن صاحب گنج مرادآبادی)

شروع ہو ختم کریں اور پڑھتے وقت حصار کے اندر بیٹھیں۔ حصار کا قاعدہ یہ ہے کہ سات تار کالے ریشم کے لے کر اس کو اپنے گرد دائرہ کی شکل میں بنالیں۔ منہ کھلا رہے اندر بیٹھ کر منہ بند رکھیں۔ صحت الفاظی کے ساتھ دعا پڑھیں اور تمام شرائط عامل پیش نظر رکھیں اور جب دن پورے ہو جائیں، بکری یا مرغا ذبح کر کے فقراء کو صدقہ کریں اور جس مقصد کیلئے پڑھیں گے حکم الٰہی سے پورا ہوگا۔ ان شاء اللہ۔

ہر مرض کے لیے مجرب

ایک شخص نے حضرت کو اپنی تکلیف بیان کی۔ حضرت نے فرمایا کہ تریاق مجرب سے کہاں غافل ہو، یہ درود شریف پڑھا کرو۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۝ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰى رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْاَرْوَاحِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى قَلْبِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُلُوْبِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِي الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى قَبْرِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُبُوْرِ ۝ جب اس شخص نے یہ درود شریف پڑھا تو اس کا مرض اور تکالیف غائب ہو گئی وہ بالکل تندرست ہو گیا جیسے کبھی بیمار تھا ہی نہیں۔ دنیا کے سب علماء اور سب کے سب درویش اس پر متفق ہیں کہ جو شخص کثرت سے درود شریف پڑھتا ہے وہ موت کی تلخی سے محفوظ رہتا ہے (مرسلہ: محمد ایوب لتھڑا۔ تونسہ شریف)

(بقیہ: کھجور ٹانک، دوا اور غذا)

بعض لوگ اس کی گٹھلی نکال کر اس میں مکھن بھر کر کھاتے ہیں۔ چکنائی حاصل کرنے کا یہ سائنسی طریقہ ہے۔ اسے مختلف پکوانوں کی صورت میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ بس صاف ستھری کھجوریں مفید ثابت ہوسکتی ہیں۔ اہلِ عرب کھجور اور آب زم زم کا خوب استعمال کرتے ہیں جو غذائیت کیلئے عظیم نعمتیں ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے مختلف اشجار' پودوں اور جڑی بوٹیوں میں جانداروں کیلئے بڑے بڑے فائدے جمع کر رکھے ہیں۔ جو ان کی صحت کیلئے بہت کارآمد ہیں۔ انسان خصوصاً بڑا خطا کار ہے مگر خالق کائنات بڑا رحیم و کریم ہے۔ بقول شاعر ؎

خطائیں دیکھتا بھی ہے، عطائیں کم نہیں کرتا
سمجھ میں آ نہیں سکتا کہ وہ اتنا مہرباں کیوں ہے

(بقیہ: ایک معالج باپ کی المناک داستان)

بناپر مسعود کے خاندان والے مجھ کو خاندانی معالج کی حیثیت سے بھی جانتے تھے۔ مسعود کی شادی زریں سے ہوئی۔ چھ ماہ ہی ہوئے تھے کہ ایک ناخوشگوار واقعہ کی بنا پر وہ اپنے گھر والوں سے ناراض ہو کر فوج میں داخل ہو گیا اور ایک ماہ کے عرصے میں لام پر بھیج دیا گیا۔ اگرچہ باپ نے بہت روکا' لیکن مسعود کی ضدی اور حساس طبیعت نے باپ کی بات ماننے سے انکار کر دیا۔ مسعود کو جس قدر زریں سے محبت تھی اس سے زیادہ ہی زریں کو مسعود سے الفت تھی' کیوں کہ بچپن سے دونوں ساتھ پڑھے' پلے' کھیلے اور ساتھ ساتھ جوانی میں قدم رکھا۔ مسعود کے خطوط آتے رہے لیکن تین چار ماہ بعد یہ سلسلہ یکا یک کٹ گیا۔ زریں اس صدمہ میں گھلتی رہی۔ آخرکار جب مسعود کی زندگی کی امیدیں ختم ہو گئیں تو زریں کی قوتِ مدافعت' جو پہلے ہی کمزور ہو چکی تھی' اب بالکل جواب دے گئی اور وہ دیکھتے ہی دیکھتے دق کے آخری درجے پر پہنچ گئی۔ اس کی زندگی کی کوئی امید باقی نہ رہی۔ لیکن جس کو اللہ رکھے اس کو کون چکھے! لڑائی ختم ہو چکی تھی اور زریں اپنی زندگی کے آخری دن گن رہی تھی کہ مسعود کا تار آ پہنچا کہ وہ بہت جلد واپس آنے والا ہے۔ اس خبر نے زریں پر مسیحائی کا کام کیا۔ اس کی ڈوبتی ہوئی نبضیں تیز ہو گئیں' جسم میں توانائی آنے لگی ایک مہینے میں کافی حالت سدھر گئی۔ پھیپھڑوں کے زخم مندمل ہونے لگے۔ تیسرے مہینے تک آدھے زخم بھر چکے تھے۔ مسعود کی آمد نے سونے پر سہاگے کا کام کیا۔ چھٹے مہینے میں ایکسرے بالکل صاف تھا۔ زریں کی صحت یابی ایک معجزے سے کم نہ تھی۔ اب بھی کبھی کبھی یہ سوچتا ہوں کہ یہ محبت کی معجز نمائی تھی یا قدرت کا ایک ادنیٰ کرشمہ۔

(بقیہ: جب مخلوقات کو تسخیر کرنا ہو)

کَمَا صَلَّیْتَ وَ سَلَّمْتَ وَ بَارَکْتَ وَ رَحِمْتَ عَلٰی اِبْرَاهِیْمَ وَ عَلٰی آلِ اِبْرَاهِیْمَ اِنَّکَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ ()اسی ترکیب کے ساتھ صبح عشاء یا عصر کی نمازوں میں سے کسی نماز کے بعد پڑھ لیا کرے۔ مخلوقات میں ہردلعزیز ہوگا۔ اور ان کو اپنا فرمانبردار پائے گا۔

(ایسے بے مثال باکمال وظائف اور عملیات کیلئے ''کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' کتاب پڑھیں)

(بقیہ: مسرت انگیز ازدواجی زندگی کے چھ اصول)

ہوتا۔ اصل میں اس بے رخی کا سبب یہ ہے کہ ان کے نزدیک ازدواجی زندگی اہم ہی نہیں ہوتی۔ دوسری ذمہ داریوں' دوسرے لوگوں' بچوں' والدین' اور تفریح کیلئے وہ وقت نکال لیتے ہیں' کیونکہ وہ ان کے نزدیک اہم ہیں۔ وہ ازدواجی زندگی کی قیمت پر زندگی کا کھیل جاری رکھتے ہیں۔ مگر وہ غلطی پر ہیں۔ ان کو معلوم ہی نہیں کہ ازدواجی زندگی بنیادی یونٹ ہے۔ یہ یونٹ جس قدر مضبوط ہوگا اسی قدر مضبوط باقی نظام بھی ہو جائے گا۔

ایک مشہور کہاوت ہے کہ ہم جو بوتے ہیں' وہی کاٹتے ہیں۔ اگر یہ کہاوت درست ہے تو پھر اس میں تعجب کی کیا بات ہے کہ ہمارے زمانے میں اکثر ازدواجی زندگیاں بے مزہ اور ناخوشگوار ہیں۔ ذرا تصور کیجئے کہ اگر ہم اپنے کام کاج پر ازدواجی زندگی جتنی توجہ اور وقت صرف کریں تو اس کا نتیجہ کیا ہوگا؟ اس سوال کا جواب بس یہ ہے کہ ''ہم بھوکے مر جائیں گے'' ڈاکٹر پال پیرسال کا کہنا ہے کہ انہوں نے اپنے کلینک میں پانچ ہزار سے زیادہ جوڑوں کے امتحان سے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ کام' نیند اور ایسی ہی دیگر مصروفیات کے بعد جو وقت بچتا ہے' اس کا بھی عام جوڑے صرف ایک فیصد حصہ اکٹھے گزارتے ہیں۔ ظاہر ہے کہ اس صورت میں مسرت انگیز ازدواجی زندگی حاصل نہیں ہوسکتی ہے۔

(5) محبت کی تکنیک اپنایئے: اکثر میاں بیوی شکایت کرتے ہیں کہ ان کے درمیان ہم آہنگی کا فقدان ہے۔ جنسی امور سمیت کسی معاملے میں بھی وہ ایک دوسرے سے ہم آہنگ نہیں۔ ان لوگوں کیلئے مشورہ یہ ہے کہ وہ محبت کی تکنیک استعمال کریں۔ یہ تکنیک دوسرے کی بات سننے' جائزہ لینے' تصدیق کرنے اور ہمدردی کرنے سے عبارت ہے۔ اپنے ساتھی پر روزانہ کم سے کم ایک بار یہ تکنیک آزمایئے۔ یہ سیدھی سی تکنیک ہے۔ چنانچہ اپنے ساتھی کی باتیں توجہ سے سنیئے' اس کو بولنے اور زیادہ باتیں کرنے پر آمادہ کیجئے۔ اس کی حرکات کا بغور جائزہ لیجئے۔ ان میں دلچسپی ظاہر کیجئے اور باہمی محبت کی تصدیق کرتے رہیے۔ محبت کے الفاظ دہرانے سے وقت ضائع نہیں ہوتا بلکہ ان کی تاثیر بڑھ جاتی ہے۔

(6) انتظار میں مت رہیے: ہم سب اچھے دنوں کے منتظر رہتے ہیں۔ ہم اس دن کی آس لگائے رہتے ہیں جب سب مسئلے حل ہو جائیں گے۔ ہم خوش حال اور فارغ البال ہوں گے۔ چاروں طرف بہار کا سماں ہوگا اور پھول ہی پھول کھل اٹھیں گے۔ مگر ایسا دن کبھی نہیں آتا۔ دنیا کا اپنا چلن ہے۔ وہ خود کو ہماری خواہشوں کے مطابق نہیں ڈھالا کرتی۔ اپنی روش پر قائم رہتی ہے۔ لہٰذا ہمیں اچھے دنوں کا انتظار چھوڑ کر ہمارے پاس جو وقت ہے اس سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانا چاہیے۔ اکثر جوڑے پیار و محبت کے لمحوں کیلئے تین باتوں کا انتظار کرتے ہیں۔ وہ چاہتے ہیں کہ بچے سو جائیں' وہ خود بیڈ پر جانے کیلئے تیار ہوں اور تیسرے یہ کہ کرنے کیلئے کوئی اور کام نہ ہو۔ ظاہر ہے کہ ایسا وقت مشکل سے ہی ہاتھ آتا ہے۔ پھر اس کا انتظار کیوں کیا جائے؟ ہرگز نہیں' وقت ہمیشہ ہمارے پاس موجود نہ رہے گا۔ ہم وقت کو ابدی سمجھتے ہیں۔ یہ خطرناک فریب ہے' وقت تو مٹھی میں بند ریت کی طرح ذرہ ذرہ کر کے نکلتا چلا جا رہا ہے۔ اس کو تھام لیجئے' موجودہ لمحے سے ہی فائدہ اٹھایئے۔

جنسی الجھنوں کا حل خود ازدواجی زندگی میں پوشیدہ ہوتا ہے۔ آپ تخلیقی انداز میں پرخلوص کوشش کریں تو مسائل کا حل مل جائے گا۔

ڈاکٹر پال پیرسال کا مشورہ یہی ہے اور وہ یہ بھی کہتے ہیں کہ جس قدر ممکن ہو' جنسی امور کے نام نہاد ماہرین سے دور رہیے۔ ہمارے عہد کی ازدواجی زندگیوں کو سب سے زیادہ ان لوگوں نے ہی خراب کیا ہے۔ حال ہی میں مجھے ہسپتال جانے کا اتفاق ہوا۔ وہاں ایک کمرے کے سامنے ایک جوڑا ایک دوسرے کا ہاتھ تھامے کھڑا تھا' دونوں کے چہرے خوشی سے دمک رہے تھے۔ وہ کارل اور لیزا تھے۔ ''کیسی بیت رہی ہے؟'' میں نے پوچھا۔

''ہم مزے میں ہیں۔'' کارل نے جواب دیا۔ ''ہم چچا کی عیادت کیلئے آئے تھے تو یہاں بھی چلے آئے۔ یہ وہی کمرہ ہے ناں جہاں ہم کو دوسرا موقع ملا تھا۔''

☆☆☆

(بقیہ: اپنے بچے کا حوصلہ بلند رکھیں)

''مرضی'' کے مقابلے میں ''حوصلہ'' کمزور ہوتا ہے: بچے کا حوصلہ اس کی مرضی کے مقابلے میں بے حد کمزور ہوتا ہے۔ وہ ایک ایسے نازک پھول کی طرح ہوتا ہے جس کو بڑی آسانی سے توڑ کر پامال کیا جا سکتا ہے۔ حوصلے کا تعلق ہوتا ہے ذاتی قدر و قیمت پر۔ انسانی فطرت میں یہ خصوصیت بڑی نازک ہوتی ہے۔ اگر آدمی کا مذاق اڑایا جائے یا اسے مسترد کیا جائے تو حوصلہ مجروح ہو جاتا ہے۔ اب یہاں پر پھر ایک سوال یہ اٹھ کھڑا ہوتا ہے کہ آخر کون سی ترکیب اختیار کی جائے کہ حوصلہ بھی برقرار رہے اور مرضی کو بھی ڈھال لیا جائے؟ یہ کام معقول حد بندی کے ذریعہ سے پایۂ تکمیل کو پہنچ سکتا ہے اور یہ حد بندی محبت کے ذریعہ سے کی جانی چاہیے۔ بچے کو یہ احساس کبھی نہ دلایا جائے کہ وہ بے کار یا فضول ہے یا بے وقوف اور بد صورت ہے یا وہ گھر والوں کے لیے ایک بوجھ ہے۔ بچے کی قدر و قیمت پر اگر اس طرح کا کوئی حملہ کیا جاتا ہے تو وہ بڑا تباہ کن ہوتا ہے۔ بچے سے یہ کبھی نہ کہنا چاہیے کہ ''تم کتنے گندے ہو'' یا یہ کہ ''تم اپنی بہن کی طرح اول کیوں نہیں آتے؟'' یا یہ کہ ''جس دن سے تم پیدا ہوئے ہو ہم سب کے لیے ایک مصیبت بنے ہوئے ہو'' اس بات کو ایک بار پھر نوٹ کر لیجئے کہ بچے کے حوصلے کو پست کیے بغیر اس کی مرضی کی تشکیل کرنا ہمارا مقصد ہے۔

(بقیہ: فاقوں سے بھرپور زندگیاں)

دوچار ہوئے ہیں۔ آج پرخوری ہی تمام امراض کا سبب ہے اور اگر فاقہ کیا جائے تو اس کے فوائد واضح ہوتے ہیں۔ یروشلم کے ڈاکٹر یوف گون مشہور ماہر یہودی ہے، جو مبلغ بھی ہے اور معالج بھی۔ وہ علاج فاقہ سے کرتا ہے۔ ان جیسے امراض کا تعلق غذائی بد پرہیزی سے ہے۔

شوگر	(Diabetese)
دل کے امراض	(Heart Diseases)
معدے کے امراض	(Stomach Diseases)
دماغی امراض	(Mental Diseases)

جدید سائنس اب فاقے کی طرف مائل ہوئی ہے جبکہ حضور اکرم ﷺ کی زندگی، صحابہ کرام ؓ اہل بیت اور اولیاء عظام ؒ کی زندگیاں فاقے سے لبریز ہیں۔ مگر دوسری طرف ان کا جہاد، علمی کارنامے، تبلیغی کوششیں دیکھی جائیں تو عقل دنگ رہ جاتی ہے۔ دراصل جس چیز کو آج ہم نے عار سمجھا ہمارے اسلاف نے اس کو اپنا کر دنیا اور آخرت میں عزت اور مقام حاصل کیا۔ افسوس آج اسی چیز کو کافر اپنا کر دنیا میں نفع لے رہا ہے لیکن مسلمان محروم ہیں۔ یعنی منکرین قرآن و اسلام' دین کے فوائد لے رہے ہیں اور حاملین قرآن و اسلام اس سے محروم ہیں۔

دماغی طاقت کیلئے: روزانہ گیارہ بادام رات کو بھگو دیں، صبح نہار منہ ان کا چھلکا اتار کر کھائیں۔

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے، جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔

نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

قیمت فی شمارہ
20 روپے

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

29

ماہنامہ عبقری ® لاہور

نومبر 2008ء بمطابق ذیقعد 1429 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- ذیقعد امن کا مہینہ
- سنگترہ نشوونما کے لیے کیوں ضروری ہے؟
- نرینہ اولاد
- سنبھالو کے اثرات
- ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا
- بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی
- مسلمان جن کا غسلِ میت
- سردی کا موسم اور علاج بالغذا و دوا
- اولیاء اللہ کے مستند وظائف اور عملیات
- ہاتھ پاؤں بھی خوبصورت بنائیں
- انمول خزانہ اور دُرود شریف کی برکات
- زندگیوں پر رِزق کے اثرات
- 6 سورتوں کا روحانی پیکج

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بانی: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 5 جلد نمبر 3 نومبر 2008 بمطابق ذیقعد 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

نومبر 2008ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ "ماہنامہ" عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرسالانہ -/240 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زرسالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
اوقات کلینک: موسم سرما: 2 بجے دوپہر سے
موسم گرما: 3 بجے دوپہر سے
ٹوکن پہلے آیئے، پہلے پایئے کی بنیاد پر دیئے جاتے ہیں
ضروری اطلاع: حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ دینے کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔ تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384 | Website:www.ubqari.net

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے ’’جو لوگ اپنے مال کو خرچ کرتے ہیں رات کو اور دن کو، چھپا کر اور ظاہر میں، انہی کے لیے اپنے رب کے ہاں ثواب ہے اور ان پر نہ کوئی ڈر ہے اور نہ وہ غمگین ہونگے۔ (سورۂ بقرہ آیت نمبر 273)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت ابوایوب انصاریؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: جو شخص پودا لگاتا ہے پھر اس درخت سے جتنا پھل پیدا ہوتا ہے اللہ تعالیٰ پھل کی پیداوار کے بقدر پودا لگانے والے کے لیے اجر لکھ دیتے ہیں۔ (مسند احمد)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

ایک شخص اپنی بدکاری کے قصے بڑے فخر سے سنایا کرتا تھا۔ کالج دور تھا، کبھی کبھی اس کی باتیں کانوں میں پڑ جاتی تھیں لیکن اس کی ایک بات ابھی تک نہیں بھولتی اور نہ کبھی بھولے گی۔ بقول اس شخص کے کہ میرا بار بار کا تجربہ ہے کہ لڑکوں اور لڑکیوں میں بدکاری کا جذبہ ناپاک رزق سے شروع ہوتا ہے۔ مزید کہنے لگا کہ میں نے جب بھی کسی کو حد سے بڑھا ہوا دیکھا تو تحقیق پر پتہ چلا کہ اس کے تن من میں پاکیزہ رزق نہیں اور میرا یہ تجربہ اتنا پختہ ہے کہ میں قسم کھا کر اور آنکھیں بند کر کے اعتماد سے ہر جگہ آزماتا ہوں اور بالکل صحیح پاتا ہوں۔ کیا واقعی رزق ہی انسان کے کردار میں نکھار پیدا کرنے کے لیے پہلی سیڑھی ہے؟ کیا رزق کی پاکیزگی سے نسلیں باحیا اور ناپاکی سے نسلیں بے حیا بن جاتی ہیں؟ کیا آنکھیں رزق ہی سے جھکتیں ہیں اور رزق ہی انہیں حیا، شرم اور حجاب دیتا ہے؟ یہ بات بالکل درست اور حقیقت پر مبنی ہے وہ اس لیے کہ سارا دن معاشرے میں بکھرے پھیلے واقعات نے یہ بات واضح کر دی ہے۔

عرصہ پہلے ایک خط آیا کہ میرے گھر میں ہر وقت پریشانی، مشکلات، جھگڑے، ناچاقی، بچوں کی بیماری بلکہ الماریاں ادویات سے بھری رہتی ہیں۔ وقتی افاقہ ہوتا تھا پھر وہی تکالیف۔ ایک مشکل سے نکلتے تھے، دوسری میں اٹک جاتے تھے۔ ایک بار میرا بڑا بھائی جو کہ ماشاء اللہ احتیاط اور تقویٰ کی طرف مائل ہے، سارے حالات دیکھ کر کہنے لگا نہ جادو ہے، نہ جنات، نہ حسد، نہ نظرِ بد، نہ بندش بلکہ یہ سب کچھ رزق کے کمالات اور ثمرات ہیں۔ چونکہ میں چونگی محرر تھا اور ادھر اُدھر کا رزق گھر لاتا رہتا تھا۔ اس کے اشارے کو سمجھ گیا۔ معالجین کی ادویات سے تھک گیا تھا۔ زندگی اور گھر کی بے سکونی نے تھپڑ مار مار کر مجھے ادھ موا کر دیا تھا۔ پھر اس پر جلتی کا کام کہ لوگوں نے مجھے ان راہوں پر لگا دیا کہ تیرے اوپر کسی نے جادو کر دیا ہے۔ میں جادوگروں کے پیچھے لگا رہا مگر وہاں سے بھی مایوسی نے مجھے عاجز کر دیا تھا۔ بس میں نے اپنے رزق پر توجہ دینا شروع کی۔ پہلے پہل مشکلات آئیں اور میری بیوی نے میرا ساتھ چھوڑ دیا۔ ہر وقت کوئی نہ کوئی گھر میں مصیبت آتی رہی اور ہم صبر اور اپنی مختصر تنخواہ پر گزارا کرتے رہے، کہنے لگا میں بیان نہیں کر سکتا کہ میرے اوپر کتنی مشکلات آئیں۔ لوگوں نے تعاون کرنا چھوڑ دیا۔ وہ لوگ جو میرے حرام رزق میں میرے ساتھی، ہمدرد اور مخلص تھے، وہی میرا ساتھ چھوڑ گئے۔ جو میری مسکراہٹ کا جواب قہقہے سے دیتے، وہ میرے آنسوؤں کو بے حیثیت سمجھنے لگے۔

لیکن میں نے ہمت نہ ہاری پھر میری استقامت اور ہمت کو دیکھ کر اللہ تعالیٰ نے میرے لیے کرم، برکت اور عطا کے فیصلے کرنے شروع کر دیئے اور ایسے غیب سے برکت، رحمت اور رزق کے دروازے کھولے کہ گمان سے باہر ہے۔ ہاں کچھ عرصہ امتحان دیا اور حال آئے لیکن استقامت کی کوشش کی۔

رزق کا تعلق عقل سے نہیں

میرے محترم دوستو۔ رزق کے دروازے اللہ تعالیٰ جل شانہٗ کے عرش کے ساتھ لگے ہوئے ہیں۔ جس کے لیے چاہے رزق کی فراوانی کردے اور جس کے لیے چاہے رزق کو تنگ کردے۔ رزق کا تعلق اپنی کوششوں سے ہے نہ اپنی کاوشوں سے ہے۔ وہ تو کوئی اور کائنات کا نظام ہے جہاں سے رزق آتا ہے۔ کائنات میں ایک اور نظام ہے جہاں سے رزق ملتا ہے۔ عقل سے اس کا تعلق نہیں۔ سمجھ سے اس کا تعلق نہیں۔ حسن و جمال سے اس کا تعلق نہیں۔ قومیت سے اس کا تعلق نہیں کہ بڑی قوم والا ہے اس کو زیادہ رزق ملے گا۔ قد سے اس کا تعلق نہیں کہ بڑے قد والے کو زیادہ رزق ملے۔ چھوٹے قد والے کو تھوڑا رزق ملے۔ درمیانے قد کو درمیانہ رزق ملے۔ حتیٰ کہ رزق کا تعلق تعلیم سے نہیں، ڈگری سے نہیں ہے کہ ڈگریوں والے ایک انگوٹھا چھاپ مل مالک کے نوکر ہوتے ہیں۔ ایم۔ بی۔ اے کیا ہوا ہے، سی۔ اے کیا ہوا ہے اور جو مل کا مالک ہے وہ انگوٹھا چھاپ ہے۔ اسے دستخط کرنے نہیں آتے اور پڑھنا نہیں آتا۔ رزق کا تعلق ڈگری سے بھی نہیں، مال سے بھی نہیں، چیزوں سے بھی نہیں، اسباب سے بھی نہیں۔ اچھا پھر زیادہ عقل سے بھی نہیں ہے کہ انسان جتنا زیادہ سمجھ دار ہوگا اتنی زیادہ رزق کی فراوانی ہوگی۔ سمجھ سے بھی اس کا تعلق نہیں ہے۔ عمدہ کلام سے بھی تعلق نہیں ہے۔ میں نے ایک شخص کو دیکھا وہ کہتا تھا کہ گاہک کو قائل کرنے میں اس کا کوئی ثانی نہیں لیکن وہ ہر وقت معاشی مشکلات میں مبتلا رہتا تھا۔ کاروباری مشکلات، معاشی تنگی، رزق کی تنگی، اُن میں مبتلا رہتا تھا۔ اس کو اکثر رزق کے بارے میں پریشانی رہتی تھی حالانکہ قائل کرنے میں اس سے بڑا فن کوئی نہیں جانتا تھا۔ رزق کے دروازے اللہ تعالیٰ جل شانہٗ کے عرش کے ساتھ لگے ہوئے ہیں۔ دنیا کی چیزوں، دنیا کے اسباب سے اس کا کوئی تعلق ہی نہیں ہے۔ بس اللہ جل شانہٗ نے ایک نظام بنایا ہے کہ کوشش کرو، محنت کرو اور اس کوشش اور محنت سے تمہیں ملے گا۔ اللہ جل شانہٗ کا نظام ہے کہ تم کوشش کرو اور محنت کرو۔ دکان ایک برتن کی مانند ہے، زمین برتن ہے، دفتر برتن ہے، صنعت برتن ہے، تجارت برتن ہے اس برتن میں ڈالتا کون ہے؟ میرا رب ڈالتا ہے۔ یہ سارے کشکول ہیں، بھکاری کے کشکول ہیں۔ جس کے پاس بڑی مل ہے بڑا بھکاری ہے۔ جس کے پاس چھوٹی دکان ہے وہ چھوٹا بھکاری ہے تو معلوم ہوا سارے بھکاری ہیں۔ اللہ پاک فرماتے ہیں کہ تم سب سارے کے سارے فقیر ہو۔ صرف اور صرف میرا رب غنی ہے۔ ہم سب بھکاری۔ کوئی بڑا بھکاری کوئی چھوٹا بھکاری۔ کسی نے ایک جوتی بنالی اسے موچی کہا، کسی نے جوتی بنانے کی مل لگالی اسے صنعت کار کہا۔ پہلے والا چھوٹا اور دوسرا بڑا موچی۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

رزق کا تعلق تعلیم سے نہیں، ڈگری سے نہیں ہے کہ ڈگریوں والے ایک انگوٹھا چھاپ مل مالک کے نوکر ہوتے ہیں۔ ایم۔ بی۔ اے کیا ہوا ہے، سی۔ اے کیا ہوا ہے اور جو مل کا مالک ہے، وہ انگوٹھا چھاپ ہے۔

جو مالک ہوتا ہے کنجی بھی اسکے پاس ہوتی ہے

اس لیے میرے محترم دوستو۔ رزق کا نظام کہیں اور جگہ سے ہے۔ فرمایا رزق کا دروازہ عرش کے ساتھ ملا ہوا ہے اور رزق کی وسعت کے اللہ جل شانہٗ نے جو دروازے رکھے ہیں پھر اُن کی کنجیاں بھی دی ہیں۔ ساری کائنات کے، زمین و آسمان کے جو خزانے ہیں اُن کے مالک اللہ پاک ہیں۔ پنڈی میں مجھے ایک صاحب ملے، فرمانے لگے کہ میں نے اب تک چار یا پانچ کاروبار چھوڑے ہیں۔ میں نے کہا کیوں چھوڑے؟ اس کے یہ الفاظ ہیں روٹی بہت تھی اور روزی بہت تھی لیکن رزق کا جو انداز تھا، رزق کا جو ذریعہ تھا اس میں ایک چیز تھی کہ جھوٹ کے بغیر چلتا نہیں تھا۔ کہنے لگا میں نے سچ کے ساتھ چلانے کی بہت کوشش کی لیکن جھوٹ اس معاشرے میں اتنا کامیاب ہو چکا ہے کہ وہ میرے سچ کو بھی جھوٹ سمجھیں گے۔ آخر کار میں نے یہی سوچا کہ اس کو چھوڑ دوں۔

رزق کی ناپاکی کے اسباب

کہنے لگے میں پھر کسی اللہ والے کے پاس گیا۔ ان سے میں نے عرض کیا کہ رزق کا کوئی ذریعہ بتائیں۔ میں جھوٹ کے ساتھ رزق نہیں کمانا چاہتا۔ میں ایسے انداز کا رزق کمانا نہیں چاہتا کہ خیالات کی خیانت ہو، میری نگاہوں کی خیانت ہو، میرے وقت کی خیانت ہو۔ میری زندگی کی کسی قسم کی ترتیب کی خیانت نہ ہو۔ اُن سے پوچھا کہ خیالات کی خیانت کیا ہوتی ہے؟ وہ سادہ سا آدمی اور ایسی حکمت بھری باتیں کر رہا تھا کہ میں سب کو چھوڑ کر اس کی باتیں سننے بیٹھ گیا۔ میں نے کہا خیالات کی خیانت کیا ہوتی ہے؟ کہنے لگا کہ خیالات کی خیانت یہ ہے کہ میرے دل میں ہے کہ یہ چیز تھوڑی کردوں یا کم کردوں اور جس نے مجھے تنخواہ دی ہے اس کی منشاء کچھ اور ہے مگر میں اپنی منشاء چلاؤں یہ خیالات کی خیانت ہے۔ کہنے لگے یہ جو تھوڑی تھوڑی خیانتیں ہیں، رزق کو ناپاک کرتی چلی جاتی ہیں۔ اپنی اولاد کو یہ ناپاک رزق کھلاؤں اور پھر اس اولاد سے خیر کی توقع رکھوں۔ کہنے لگے یہ تو ایسے ہے کہ جیسے میں گرمی میں آگ جلا کے اس سے ٹھنڈک کی توقع رکھوں۔ اپنے کمرے میں آگ جلا دوں اور پھر کہوں کہ میرا کمرا ٹھنڈا ہو جائے گا۔ آپ کو چند چابیاں عرض کرتا۔ جن سے رزق بڑھتا ہے جن سے رزق کھلتا ہے اور جن سے رزق میں وسعت آتی ہے، جن سے رزق میں برکت آتی ہے۔ یاد رکھیے گا ایک برکت ہے اور ایک کثرت ہے۔ ہم بھی دیوانے نکلے کہ ہم کثرت کو برکت سمجھ بیٹھے۔ یاد رکھیے گا کثرت کسی اور چیز کا نام ہے اور برکت آسمانی نعمت ہے۔ آج ایک بات یاد رکھیے گا رزق کبھی بدن کو نہیں ملتا، رزق ہمیشہ روح کو ملتا ہے، روح کی طاقت کے بقدر رزق ملتا ہے، بدن کی طاقت کے بقدر رزق نہیں ملتا۔ (جاری ہے)

اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل اور جمعرات کو بعد نماز مغرب ''مرکز روحانیت وامن'' میں حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کرسکتے ہیں۔

پیٹ کے کیڑوں سے نجات: شفتالو اور شریفے کے کھانے سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں

سنگترہ نشوونما کیلئے کیوں ضروری ہے؟

جنید احمد، لاہور

سنگترہ کھانے سے بدہضمی ہوجائے تو فوری طور پر دو تولے گڑ کھالیں طبیعت بالکل صحیح ہوجائے گی۔ بھوک بڑھانے کیلئے سنگترے کی قاشوں پر سونٹھ اور کالا نمک باریک سفوف بنا کر چھڑکیں، ایک ہفتہ کے اندر بھوک بڑھ جائے گی۔ سنگترہ صفراء کو دور کرتا ہے۔

فارسی	رنگترہ	سندھی	سنگترہ	انگریزی	Orange

اس کا رنگ سرخ زردی مائل اور ذائقہ چاشنی دار شیریں ہوتا ہے۔ بعض سنگترے ترش اور بعض شیریں ہوتے ہیں۔ ان کا مزاج سرد تر تیسرے درجے میں ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک تین سے پانچ دانے تک ہے۔ اس کے کئی ایک فوائد ہیں۔

سنگترہ کے فوائد: (1) سنگترہ دل کو تقویت بخشتا ہے۔ (2) سنگترہ مفرح ہوتا ہے اور پیاس کی شدت کو کم کرتا ہے۔ (3) جسم کی حرارت کو دور کرتا ہے۔ (4) اس کا چھلکا خشک کرکے مختلف ابٹنوں کے کام آتا ہے جس سے چہرے کے داغ دھبے دور ہوجاتے ہیں۔ سنگترے کا چھلکا خشک ایک تولہ رگڑ کر سرسوں کا تیل ملا کر چہرے پر لیپ کرنے اور ایک گھنٹہ بعد دھو لینے سے چہرہ صاف ہوجاتا ہے۔ (5) خفقان، وحشت اور متلی کو دور کرتا ہے۔ (6) اس کے استعمال سے وبائی بیماریاں قریب نہیں آتیں۔ (7) جن لوگوں کو تیزابیت کی شکایت ہو تو سنگترہ کے چند روز استعمال سے بالکل ٹھیک ہوجاتی ہے۔

(8) ہیضہ، طاعون، ٹائیفائیڈ اور گرمی کے اسہال کیلئے سنگترہ کا استعمال بہت مفید ہوتا ہے۔ (9) سنگترہ کا شربت پیاس کو تسکین دیتا ہے اور قوت قلب کیلئے مفید ہوتا ہے۔ اس کا طریقہ یوں ہے کہ سنگترہ کا رس ایک سیر اور چینی دو سیر ملا کر ہلکی آنچ پر شربت تیار کریں اور دو تولے شربت صبح و شام استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔ (10) اگر سنگترہ کھانے سے بدہضمی ہوجائے تو فوری طور پر دو تولے گڑ کھالیں طبیعت بالکل صحیح ہوجائیگی۔ (11) سنگترہ کا رس نکال کر بوتلوں میں بھرلیں پھران بوتلوں کو ابلتے ہوئے پانی میں رکھ دیں۔ پھر کارک لگا کر اس پر موم چڑھا دیں اور مزید کچھ دیر گرم پانی میں رہنے دیں۔ اس طرح سنگترے کا رس محفوظ ہوجائے گا اور حسب ضرورت استعمال کیا جاسکتا ہے۔ (12) شیر خوار بچوں کو سنگترے (میٹھے) کا رس بے حد مفید ہوتا ہے۔

(13) سنگترہ سینے کو صاف کرتا ہے اور جوش خون کو رفع کرتا ہے۔ (14) سنگترے کے رس میں وٹامن سی اور کیلشیم وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں جو انسانی نشوونما کیلئے بہت ضروری ہوتے ہیں۔ (15) اس کے علاوہ وٹامن اے بی اور ڈی بھی سنگترے میں پائے جاتے ہیں۔ (16) سنگترہ مصفی خون بھی ہوتا ہے۔ روزانہ کے استعمال سے پھوڑے پھنسیاں دور ہوجاتی ہیں۔ (17) ثقیل غذا کے بعد سنگترے کا کھانا انتہائی مفید ہوتا ہے۔ (18) سنگترے کے چھلکوں کو کاٹ کر چاولوں میں ڈال کر پکایا جاتا ہے۔ جس سے چاول لذیذ اور خوش ذائقہ ہوجاتے ہیں۔ (19) سنگترے کے چھلکوں سے تیل بھی نکالا جاتا ہے۔ جو بطور خوشبو استعمال ہوتا ہے۔ (20) سنگترے سے مارملیڈ تیار کیا جاتا ہے جو بچے بطور جام کے بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔ (21) ایام حمل میں سنگترے کے استعمال سے اولاد خوبصورت پیدا ہوتی ہے۔ (22) میٹھے سنگترے کا رس ایک پاؤ اور کوزہ مصری ایک تولہ ملا کر چار روز تک ایک دفعہ روزانہ پینے سے کھانسی دور ہوجاتی ہے۔ (23) بھوک بڑھانے کیلئے سنگترے کی قاشوں پر سونٹھ اور کالا نمک باریک سفوف بنا کر چھڑکیں ایک ہفتہ کے اندر بھوک بڑھ جائے گی۔ (24) سنگترے کا مارملیڈ تیار کرنے کیلئے سنگترے کے چھلکوں کو ایک تہائی انچ کے برابر ٹکڑا کاٹ لیں ان ٹکڑوں پر اتنا پانی ڈالیں کہ یہ ڈوب جائیں اور انہیں دس منٹ تک ابالیں۔ جب چھلکے نرم ہوجائیں تو چھان کر الگ رکھ لیں۔ پھر دو درجن سنگتروں کا رس، آدھ سیر چینی، گلوکوز آدھ سیر، جیلاٹن پانچ تولہ اور ست سنگترہ چھ قطرے پہلے سنگترے کے رس، چینی اور گلوکوز کو پکائیں جب قوام گاڑھا ہوجائے پھر باقی اشیاء ڈال دیں اس کے بعد آگ سے اتار کر ٹھنڈا کرلیں اور ست سنگترہ ملا دیں اور خشک بوتلوں میں بھر لیں۔ (25) سنگترہ صفراء کو دور کرتا ہے۔

موٹاپا، بلڈ پریشر، اور جوڑوں کے درد کے لیے

خالص شہد، لہسن کی تین چار پوتھیاں، پھلوں کا سرکہ، لیموں ان سب کو گرائنڈ کرلیں اور 8 دن کے لیے فریج میں رکھیں اور روزانہ وقفے وقفے سے چمچ کے ساتھ ہلاتے رہیں، نویں (9) دن کے بعد اس کو صبح خالی پیٹ ایک چمچہ استعمال کریں۔ (شہناز مظفر۔ گجرات)

بہادر کی شان

کھانا کھانے کے بعد اس نے والی کرمان کو کہلا بھیجا کہ یہ دن میں لڑنے اور رات کو کھانا کھلانے کا مطلب کیا ہے؟

(عدنان محمود چوہان۔ فیصل آباد)

دسویں صدی عیسوی کی بات ہے۔ عضدولہ، کرمان پر حملہ آور ہوا۔ والی کرمان نے دیکھا کہ حملہ آوروں کی طاقت زیادہ ہے اور کھلے میدان میں مقابلہ کرنا ممکن نہیں تو قلعہ بند ہوکر لڑنے لگا۔ بڑے گھمسان کا رن پڑا۔ دونوں فوجوں نے دل کھول کر بہادری دکھائی۔ آخر جب سورج غروب ہوا تو فوجیں اپنے اپنے پڑاؤ میں چلی گئیں۔ پھر عضدولہ کی سپاہ نے دیکھا کہ قلعے کی طرف سے دیگیں ہی دیگیں چلی آرہی ہیں۔ انہیں کچھ شبہ ہوا۔ جیسے ہی پہلی دیگ قریب پہنچی، گرم گرم کھانے کی خوشبو آئی۔ انہوں نے سمجھا ممکن ہے ایک دو دیگوں میں کھانے کی چیزیں ہوں اور باقیوں میں کچھ اور۔ لیکن سب دیگیں کھانے ہی کی تھیں۔

دشمن اور تواضع! بات کچھ سمجھ نہ آئی تھی۔ عضدولہ تک خبر پہنچی تو اسے بھی تعجب ہوا۔ کسی نے کہا کھانے میں زہر نہ ملا ہو، احتیاط کی ضرورت ہے۔ عضدولہ نے اس خیال کو مسترد کرتے ہوئے کہا کہ یہ بات بھول جاؤ، میرا دشمن کمینہ ہرگز نہیں ہو سکتا۔ کھانا کھانے کے بعد اس نے والی کرمان کو کہلا بھیجا کہ دن کو لڑنے اور رات کو کھانا کھلانے کا مطلب کیا ہے؟

جواب آیا لڑنا اعلان بہادری ہے اور دشمن کو کھانا کھلانا شان بہادری۔ آپ لوگ اگرچہ میرے مخالف ہیں لیکن میرے شہر میں اجنبی اور قلعے کے اس قدر قریب آکر میرے پڑوسی بن گئے ہیں۔ (یہ بات شرافت اور مروت سے بعید ہے کہ آپ مسافر اور پڑوسی ہوں اور خود پکا کر کھائیں۔)

عضدولہ میدان جنگ میں تو زیر نہ ہوا مگر اس شان بہادری کے آگے زیر ہوگیا۔ صبح کا سورج طلوع ہوا تو کرمانیوں نے دیکھا کہ دشمن کا لشکر اپنا پڑاؤ اٹھائے جارہا ہے۔ کسی نے عضدالدولہ سے کہا آپ تو کرمان فتح کرنے آئے تھے۔ اس نے جواب دیا ہاں میں ہار کر جارہا ہوں۔ ایسے بہادروں سے کیا لڑنا۔

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں کیم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

ہاتھ پاؤں بھی خوبصورت بنائیں!

عائشہ، لاہور

ابٹن میں تھوڑا سا دودھ یا پانی ملا کر پیسٹ بنالیں۔ اسے اپنے بازوؤں اور کہنیوں پر اچھی طرح ملیں۔ خشک ہو جائے تو رگڑ رگڑ کر اتار لیں۔ اس طریقہ سے نہ صرف بازوؤں کا کالا پن ختم ہوگا بلکہ ان کا فالتو رواں بھی ختم ہو جائے گا۔

عموماً دیکھا گیا ہے کہ لوگ اپنے چہرے کے حسن و خوبصورتی کیلئے تو کئی کئی گھنٹے صرف کر دیتے ہیں لیکن ہاتھوں اور پیروں کی طرف ان کی توجہ نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے۔ جس کا نتیجہ ہاتھوں اور پیروں کا پھٹنا، ایڑیوں کا زخمی ہونا اور چہرے سے پہلے ہاتھوں پر جھریاں پڑنے کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔ ہاتھوں اور پیروں کو خوبصورت بنانے اور ان کی خوبصورتی کو برقرار رکھنے کے کچھ قدیم و جدید طریقے بتائے جا رہے ہیں، جن کے استعمال سے آپ بھی خوبصورت اور نرم و ملائم ہاتھوں کے مالک بن سکتی ہیں۔

پیڈی کیور:۔

پاؤں کی حفاظت کے جدید طریقے کو پیڈی کیور کہتے ہیں۔ اس کیلئے سب سے پہلے پاؤں کے ناخنوں کو حسب منشا کاٹ لیں۔ عموماً پاؤں کے ناخن ہلال شکل کی بجائے سیدھے کاٹنے چاہئیں۔ اس کے بعد صابن اور ڈیٹول ملے پانی میں پانچ منٹ تک پاؤں ڈبوئیں اس کے بعد جھانویں یا نوک دار پتھر سے ایڑیاں صاف کریں۔ اب پاؤں باہر نکال کر اچھی طرح خشک کریں۔ اس کے بعد پیروں کا مساج کریں۔ تھوڑا سا لوشن یا مساج کریم لے کر انگلیوں اور ہتھیلیوں کی مدد سے اس طرح مساج کریں کہ پنڈلی پر انگلیوں کا رخ اوپر گھٹنے کی جانب ہو اور پیر پر جس طرح بھی ممکن ہو انگلیوں پر خصوصی توجہ دیں اور ان کا اچھی طرح مساج کریں۔

ویکسنگ:۔

ویکسنگ بھی ہاتھوں اور پیروں کی خوبصورتی بڑھانے کا جدید اور قابل عمل طریقہ ہے۔ ہاتھوں اور پیروں پر جو فالتو بال ہوتے ہیں ان سے ہاتھوں اور پیروں کی خوبصورتی ختم ہو جاتی ہے۔ ویکسنگ کرنے سے ہاتھوں اور پیروں کے فالتو بال صاف ہو جاتے ہیں اور ہاتھ پاؤں خوبصورت دکھائی دیتے ہیں۔ تیار ویکس کریم بازار میں باآسانی مل جاتی ہے۔ ویکس کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ کسی موٹے کپڑے پر اچھی طرح ویکس کریم لگا لیں۔ پھر جہاں کے بال صاف کرنا مقصود ہوں وہاں پر کپڑا لگائیں۔ کپڑا بالوں کی مخالف سمت نہ لگائیں۔ کپڑے کو اچھی طرح چپکا کر بالوں کی مخالف سمت میں ایک جھٹکے سے کھینچ لیں۔ اسی طریقے سے دونوں ہاتھوں اور پیروں کی ویکسنگ کریں۔ ویکسنگ کرنے کے بعد نمایاں فرق آپ محسوس کریں گی۔

ہاتھوں اور پیروں کی حفاظت کیلئے یہ تو کچھ موجودہ اور جدید طریقے تھے جو باآسانی کسی بھی پارلر میں کیے جا سکتے ہیں لیکن کچھ قدیم نسخے ایسے بھی ہیں جن کا ہاتھوں، پیروں پر استعمال کسی پارلر میں نہیں ملتا۔ یہ کچھ ایسے گھریلو طریقے ہیں جو عرصہ دراز سے عورتیں اپنے ہاتھوں اور پیروں کی حفاظت کیلئے استعمال کرتی آ رہی ہیں جن میں سے کچھ آزمودہ طریقے آپ کیلئے پیش کیے جا رہے ہیں۔

(1) ایک بالکل آسان اور سادہ طریقہ تو یہ ہے کہ لیموں جو ہر گھر میں استعمال ہوتا ہے، اس کے چھلکوں کو روزانہ بازوؤں اور کہنیوں پر ملیں، یہ عمل آپ فون کرتے ہوئے یا اخبارات پڑھتے بھی کر سکتی ہیں اور اس کا اثر چند دنوں میں ہی نمایاں طور پر محسوس ہوتا ہے۔

(2) ابٹن میں تھوڑا سا دودھ یا پانی ملا کر پیسٹ بنالیں۔ اسے اپنے بازوؤں اور کہنیوں پر اچھی طرح ملیں۔ خشک ہو جائے تو رگڑ رگڑ کر اتار لیں۔ اس طریقہ سے نہ صرف بازوؤں کا کالا پن ختم ہوگا بلکہ ان کا فالتو رواں بھی ختم ہو جائے گا۔

3۔ کہنیوں کو گورا کرنے کیلئے ایک لیموں کے دو حصے کریں۔ اس پر ایک تولہ نوشادر چھڑک کر کہنیوں پر رگڑیں جب نوشادر اچھی طرح جذب ہو جائے تو دونوں کہنیوں پر آدھے گھنٹے تک لیموں کا پانی آہستہ آہستہ رگڑیں۔ ہفتہ میں چار بار یہ عمل کرنے سے کہنیاں بالکل صاف ہو جائیں گی۔

ہاتھوں اور پیروں کی سیاہ انگلیاں

اکثر دیکھا گیا ہے کہ لوگوں کے ہاتھ اور پیر تو صاف ہوتے ہیں لیکن ان کی انگلیاں اور جوڑ کالے اور کھردرے ہوتے ہیں جو دیکھنے میں برے معلوم ہوتے ہیں۔ اس کی ایک وجہ تو یہ ہے کہ انگلیوں پر ہلکا ہلکا رواں ہوتا ہے جو ان حصوں کو باقی ہاتھ کی بہ نسبت کالا ظاہر کرتا ہے، اس لیے سب سے پہلے تو وہ رواں صاف کریں۔ اس کے علاوہ

1۔ آدھا کپ دودھ، ایک بڑا چمچہ عرق گلاب اور چند قطرے لیموں کا رس ملا کر ہاتھوں کی مالش کریں۔ چند دنوں میں سیاہ انگلیوں میں نمایاں فرق پڑیگا۔

2۔ کچا دودھ، ہلدی اور بیسن کو باہم ملا کر پیسٹ بنالیں اس پیسٹ کو اچھی طرح ہاتھوں اور پیروں پر ملیں۔ یہ عمل بھی سیاہی دور کرنے کیلئے مفید ہے۔

خشک اور کھردرے ہاتھ:۔

صابن میں پائے جانے والے ڈیٹرجنٹس اور نمکیات وغیرہ ہاتھوں کی جلد خشک کر دیتے ہیں۔ اس کے علاوہ پانی کے زیادہ استعمال سے بھی ہاتھ، پیر سخت اور کھردرے ہو جاتے ہیں، جن پر مناسب توجہ نہ دی جائے تو یہ آپ کے حسن کو گہنا دیتے ہیں۔

1۔ ہاتھوں کو ملائم رکھنے کیلئے چار چمچ عرق گلاب، دو چمچ گلیسرین اور ایک چمچ لیموں کا رس ملا کر کسی بوتل میں بھر لیں اور بوتل کو باتھ روم اور کچن میں رکھ دیں۔ برتن یا کپڑے دھونے کے بعد اچھی طرح ہاتھ خشک کر کے یہ محلول اچھی طرح لگائیں۔ ہاتھوں کو نرم کرنے کا یہ بہت بہترین طریقہ ہے۔

2۔ ایڑیوں اور تلوؤں کی جلد بہت موٹی ہوتی ہے، اس لیے جسم میں قدرتی طور پر بننے والا تیل جلد کے اس حصے کو ملائم رکھنے میں ناکام رہتا ہے، لہٰذا باہر سے چکنائی لگانے کی ضرورت ہوتی ہے، اس کیلئے دو چمچے پسی ہوئی ہلدی اور تین چمچے سرسوں کا تیل ملا کر گاڑھا لیپ بنالیں۔ رات کو اچھی طرح پاؤں دھو کر خشک کرنے کے بعد یہ لیپ پورے پاؤں پر لگا کر جرابیں پہن لیں۔ اس عمل کو روزانہ اس وقت تک دہرائیں جب تک ایڑیاں ٹھیک نہ ہو جائیں۔ ٹھیک ہونے کے بعد بھی کبھی کبھی یہ عمل دہرائیں۔

لڑکے، لڑکیوں اور والدین کے لیے

جنسی آزادی اور ہماری زندگی

خلوت میں اچھے خیالات اور اچھی اولاد کی طلب نیک اور صالح اولاد کو جنم دیتے ہیں اور برے اور شیطانی خیالات بے ادب اور گستاخ اولاد پیدا کرتے ہیں۔ اس لیے حد سے بڑھی ہوئی شہوت پرستی پر قابو پایئے۔

نوجوانوں کے جنسی مسائل پر ماہنامہ عبقری میں ایک تسلسل کے ساتھ لکھا جارہا ہے۔ ہم کوشش کررہے ہیں کہ اس سلسلہ میں ایک نوجوان مرد اور عورت کو پیش آنے والے روزمرہ کے گھریلو اور جنسی مسائل پر بحث جاری رکھی جائے اور اپنی معلومات اور حیثیت کے مطابق رہنمائی کی جاتی رہے۔ اسی موضوع پر ہمیں بہت سے خطوط بھی موصول ہوتے ہیں اور ان خطوط میں بے شمار مخفی پہلوؤں کو اجاگر کرنے کی استدعا بھی کی جاتی ہے۔ اس موضوع پر قارئین کس قدر دلچسپی لے رہے ہیں اس کا اندازہ آپکو بے شمار خطوط میں سے دو خطوط پڑھ کر ہوجائے گا جو آپ کی دلچسپی کیلئے شائع کیے جارہے ہیں۔ یہ دونوں خطوط ایسی خواتین نے لکھے ہیں جنہیں بظاہر دنیا کی ہر چیز میسر ہے لیکن ذہنی سکون برباد کر بیٹھی ہیں آخر کیوں؟ یہ آپ خود پڑھ کر اندازہ کرلیں۔

پہلا خط: جناب حکیم صاحب' میری عمر 35 سال اور میرا شوہر اکتالیس سال کا ہے۔ ہماری شادی کو پندرہ سال گزر چکے ہیں اور ہمارے پانچ بچے ہیں، جن کی عمریں ایک سے چودہ سال تک کی ہیں۔ میں ایک اعلیٰ تعلیم یافتہ اور شریف گھرانے کی عورت ہوں۔ میں اپنے گھر کو ہمیشہ صاف ستھرا رکھتی ہوں۔ پانچ بچوں کی پیدائش کے باوجود میں ایک دلکش جسم کی مالک ہوں۔

میں نے ہمیشہ اپنے شوہر سے ٹوٹ کر محبت کی ہے اور اسے ہر ممکن تعاون دیتی ہوں کیونکہ میں سمجھتی ہوں کہ مجھے خدا تعالیٰ اور دین اسلام کے بعد سب سے زیادہ ضرورت اپنے شوہر کی ہے اور ہمیشہ رہے گی۔ مگر اس کے باوجود ہر روز میرے ذہن پر شکوک کی پرچھائیاں منڈلاتی رہتی ہیں کہ آیا واقعی میں اس کی ضرورت کی تسکین بخوبی کرتی ہوں یا نہیں؟ اور ایسا سوچنے کیلئے میرے پاس ٹھوس ثبوت وشواہد موجود ہیں۔ جو میں عرض کروں گی تاکہ مجھے کوئی راہ اور حکیمانہ مشورہ دیتے وقت آپ کو دشواری پیش نہ آئے۔

آج سے سات سال قبل میرے شوہر نے گھر پر عریاں لٹریچر کافی مقدار میں لے آنا شروع کردیا۔ عریاں عورتیں، عریاں مرد، ان کے مختلف پوز اور پاکٹ بکس جو عریاں محبت ناموں سے بھری ہوتی تھیں۔ اس بات نے مجھے شدید ترین دکھ پہنچایا۔ میں نے ان تصاویر و کتب کی شدید ترین مخالفت کی تو میرے شوہر نے جواب دیا کہ اس قسم کے لٹریچر سے کوئی فرق نہیں پڑتا چونکہ تم ان چیزوں کو ناپسند کرتی ہو اس لیے تم ان پر اعتراض کررہی ہو۔

کئی سال بیت گئے۔ میری مزاحمت جاری رہی مگر وہ باز نہ آئے۔ اتنا فرق ضرور پڑا کہ لٹریچر لانے میں وقفہ پڑنے لگا ہے۔ لیکن ''وہ اپنی خو نہ چھوڑیں گے' ہم اپنی وضع کیوں بدلیں'' کے مصداق ہم دونوں میں ایک غیر محسوس سی ذہنی جنگ جاری رہی۔ وہ شاید یہ نہیں جانتے کہ اپنی اس بدعادت کی وجہ سے وہ میری محبت کو ضائع کرتے جارہے ہیں۔ میں اب تک اُن کے اس رویے کی عادی نہیں بنی۔ لیکن میں اپنے آپ کو شدید الرجک اور ان سے متنفر محسوس کرتی ہوں۔ جب وہ ان رسالوں سے جذباتی ہوکر مجھے ہاتھ لگاتے ہیں تو مجھے اس سے ایک عجیب قسم کی گھٹن محسوس ہوتی ہے۔ انہوں نے آج تک مجھ سے بیوفائی نہیں کی مگر میں ذہنی طور پر انہیں بے وفا سمجھنے لگی ہوں کیونکہ یہ نہ صرف میری نسوانیت کی توہین ہے بلکہ میرے بچوں کے مستقبل کا بھی مسئلہ ہے۔ اس صورت حال کو میں مزید برداشت نہیں کرسکتی۔ لیکن اپنے بچوں کے مستقبل اور والدین کی عزت کی خاطر اس شادی کو انجام تک پہنچانا ہی پڑے گا۔

حکیم صاحب آپ کو خط لکھنے سے قبل میں نے آپ سے کئی مرتبہ علاج کرایا ہے۔ آپ کی شخصیت اور طرز مخاطب سے متاثر ہوکر اپنا یہ خالصتاً نفسیاتی مسئلہ بھی آپ کے سامنے پیش کردیا ہے۔ اب آپ ہی مشورہ دیجئے کہ میں کیا کروں؟ یقین کریں کہ یہ مسئلہ میرے لیے زندگی اور موت کا مسئلہ بن چکا ہے۔

معزز قارئین! اس خط سے آپ کو اندازہ ہوگیا ہوگا کہ بظاہر جو بات انتہائی معمولی اور غیر اہم محسوس ہوتی ہے، نفسیاتی طور پر وہ کسی بھی شخص کیلئے کتنا بڑا مسئلہ بن کر رہ جاتی ہے۔ اس عورت کا شوہر اگر غیر معمولی طور پر شہوت پرست نہ ہوتا تو ان کی خوشگوار زندگی میں یہ خطرناک موڑ نہ آتا۔ اسی طرح کا ایک اور خط ملاحظہ فرمایئے۔

دورانِ گفتگو میرا شوہر مجھے گھٹیا اور بازاری زبان استعمال کرنے پر مجبور کرتا ہے جو میرے مزاج کے خلاف ہے۔

بعض اوقات مرد یا عورت میں جب محبت حد سے بڑھ جاتی ہے تو وہ گھٹیا قسم کے انداز پر اتر آتے ہیں۔ مثلاً بعض مرد ایسے ہوتے جو یہ چاہتے ہیں کہ ان کی بیوی دورانِ محبت انتہائی گھٹیا الفاظ استعمال کرے۔ گھٹیا اور بازاری قسم کی حرکات کرے۔ لیکن بیویاں جب ایسا کرنے سے انکار کردیتی ہیں تو ان کی ازدواجی زندگیاں تلخیوں میں ڈوب جاتی ہیں۔ اس بات کو واضح کرنے کیلئے میں درج ذیل خط پیش کررہا ہوں۔ جو ایک محترمہ نے ملتان سے لکھا ہے۔

محترم حکیم صاحب! کافی عرصے سے مجھے ایک اہم سوال ستا رہا ہے اور میں اس سلسلہ میں آپ سے گفتگو کرنا چاہتی ہوں۔ میرے شوہر ایک انتہائی معزز اور شریف آدمی ہیں۔ وہ ایک اعلیٰ عہدے پر فائز ہیں۔ ان کے طور اطوار انتہائی شائستہ اور مہذب ہیں اور میرے ساتھ بھی ان کا رویہ عام طور بیحد اچھا اور شائستہ ہے۔ مگر خلوت میں جب وہ مجھ سے ملتے ہیں تو ان کے تمام شائستہ اور مہذب اطوار ختم ہوجاتے ہیں وہ ایک گھٹیا اور بازاری سطح پر اتر آتے ہیں اس وقت ان کی حرکات دیکھ کر مجھے یوں محسوس ہوتا ہے جیسے وہ دراصل ایک انتہائی گھٹیا طرز کے انسان ہیں شرافت کا لبادہ انہوں نے محض لوگوں کو بیوقوف بنانے کیلئے اوڑھ رکھا ہے۔

خلوت میں نہ صرف وہ خود انتہائی گھٹیا اور بازاری قسم کے جملے استعمال کرتے ہیں بلکہ مجھے بھی مجبور کرتے ہیں کہ میں بھی اسی قسم کی زبان استعمال کروں اور وہی گھٹیا حرکات بھی کروں جو وہ خود کرتے ہیں۔ جب کہ یہ سب میری طبیعت اور مزاج کے خلاف ہے اور میں کسی بھی طرح پر ایسا نہیں کرنا چاہتی۔ لیکن اپنی ازدواجی زندگی کو بچانے کیلئے ایسا کرنے پر مجبور ہو جاتی ہوں۔ جس سے مجھے شدید ذہنی کوفت ہوتی ہے۔ بارہا میں نے انہیں طریقے طریقے سے سمجھایا ہے لیکن وہ باز نہیں آتے۔ ہماری شادی کو پانچ سال گزر چکے ہیں۔ میں گھٹ گھٹ کر اور ذہنی عذاب جھیل جھیل کر اب تنگ آچکی ہوں۔ یہ مسئلہ ایسا ہے کہ میں گھر کے کسی فرد کو بتا بھی نہیں سکتی اور اگر بتا بھی دوں تو ان کی ظاہری شرافت کو دیکھ کر میری بات کا کون یقین کرے گا۔ خدا کیلئے مجھے اس صورت حال سے بچایئے

اور مجھے مشورہ دیجئے۔ کہ میں کیا کروں۔ اگر آپ نے تسلی بخش طریقے سے میری رہنمائی نہ کی تو (1) میں خودکشی کرلوں گی یا (2) طلاق لے لوں گی۔

قارئین محترم آپ نے دیکھ لیا کہ حد سے بڑھی ہوئی شہوت پرستی نے کیا رخ اختیار کرلیا ہے کہ جو شخص عام زندگی میں انتہائی شائستہ اور مہذب طور طریقوں کا مالک ہے وہ خلوت میں اپنی بیوی کو کس بات پر مجبور کرتا ہے۔ اب آپ خود سوچیں کہ کیا ان دونوں میاں بیوی کا نباہ ممکن ہے؟ ہرگز نہیں کیونکہ جب تک اس عورت کا شوہر اپنی شہوت پرستی کے گھٹیا انداز پر کنٹرول نہیں کرتا۔ بیوی اس کے ساتھ خوش دلی سے رہ ہی نہیں سکتی۔

مندرجہ بالا خطوط سے آپ کو اس امر کا بخوبی اندازہ ہو گیا ہو گا کہ عورت اپنے شوہر کو کیسا دیکھنا چاہتی ہے۔ عورت وفادار بیوی بھی ہوتی ہے اور عظیم ماں بھی۔ وہ اپنے بچوں کو دودھ پلاتے ہوئے اپنی عظمت اپنے بچوں کی روح میں ڈال دیتی ہے۔ وہ اپنے بچوں کو دنیا کے سامنے ایک مکمل انسان کے روپ میں پیش کرنا چاہتی ہے لیکن جب شوہر کی طرف سے مندرجہ بالا خطوط کی طرز پر عدم تعاون کا شکار ہوتی ہے تو اس کے سامنے دو ہی راستے کھلے ہوئے ہیں یا تو وہ شوہر کے رنگ میں رنگ جائے اور گھر میں اس قسم کی فحش تصاویر اور لٹریچر کھلے بندوں لانے کی اجازت دے کر شوہر کی خوشنودی حاصل کرے اور بچوں کی طرف سے لاپروا ہو جائے یا پھر ایسے بظاہر نہایت شریف اور پیار کرنے والے شوہر کی اس دوہری شخصیت سے نجات حاصل کر کے اپنے بچوں کا مستقبل محفوظ کرلے۔ لیکن دنیا میں کون سی ایسی ماں ہو گی جسے اپنی اولاد کے مستقبل کی فکر نہ ہو گی۔

میری اس قسم کے مردوں سے نہایت ادب سے گزارش ہے کہ وہ اپنے آپ کو پہچانیں۔ اپنے طرز فکر میں مثبت تبدیلی لائیں۔ ایسی کوئی حرکت نہ کریں جس سے ان کی وفا شعار بیوی عدم تحفظ اور عدم اطمینان کا شکار ہو کر گھر کے پرامن ماحول کو تباہ و برباد کرنے پر تل جائے۔ اہل مغرب اور غیر مسلم اقوام ہمیشہ سے اپنی عورتوں کو اسلام کی تباہی کیلئے استعمال کر کے فخر محسوس کرتی آئی ہیں اور اس پر دعویٰ یہ ہے کہ ہم نے عورتوں کو اسلام سے زیادہ آزادی دی ہے لیکن انہوں نے اسلام دشمنی کیلئے اپنی عورتوں کو نہ صرف ننگا کر دیا ہے بلکہ ان کی ننگی تصاویر اور غیر اخلاقی فلمیں اس طرح پوری دنیا میں پھیلا دی ہیں کہ الامان و الحفیظ۔ ہنود و یہود کے پھیلائے ہوئے اس ننگے جال سے بچیں اور اپنے گھر کو جہنم بنانے کی بجائے علم و ادب کا گہوارہ بنائیں۔ قرآن پاک کا مطالعہ کریں اس کے اندر موجود پیغام کو سمجھیں۔

اپنے بچوں کو زیور تعلیم سے آراستہ کر کے ایک اچھے معاشرے کی تعمیر میں اپنا حصہ ڈالیں۔ خلوت میں غیر اخلاقی جملے ادا کر کے یا اپنی پاک باز بیوی کو غلط کام کرنے پر مجبور کرنے کی بجائے اللہ تعالیٰ سے نیک اور باادب اولاد کی تمنا کریں اور یہ یاد رکھیں کہ مومن مسلمان کسی بھی حالت میں ننگا نہیں ہو گا۔ نہ خلوت میں نہ جلوت میں۔ انسان ننگا اس وقت ہوتا ہے، جب اس کا احساس مرجاتا ہے اور خدا کے خوف کی بجائے اس پر شیطانیت طاری ہو جاتی ہے۔

خلوت میں اچھے خیالات اور اچھی اولاد کی طلب نیک اور صالح اولاد کو جنم دیتے ہیں۔ برے اور شیطانی خیالات بے ادب اور گستاخ اولاد پیدا کرتے ہیں۔ اس لیے حد سے بڑھی ہوئی شہوت پرستی پر قابو پایئے اور اپنے فرصت کے لمحات کو اچھے طریقے سے گزارنے کیلئے اچھا اور معیاری لٹریچر پڑھیے۔ ہلکی پھلکی ورزش کیجئے اور ہر وقت خدائے بزرگ سے اچھی نیک خصلت اولاد کی تمنا کرتے رہیں۔ اپنی بیوی کے سامنے اور عام لوگوں کے سامنے ایک مثالی مرد بن کر رہیے۔ اپنے اندر جھانکتے رہیے اور اپنے اندر موجود منفی خیالات اور غیر ضروری شہوانی جذبات کو ابھرنے نہ دیجئے۔ یہی آپ کیلئے آپ کی بیوی بچوں اور گھر کے امن وسکون کیلئے جہاد ہے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔
(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ذیقعد امن کا مہینہ

ایک حدیث مبارک میں ہے کہ اس مہینہ کے اندر ایک ساعت کی عبادت ہزار سال کی عبادت سے بہتر ہے۔

اسلامی سال کا گیارہواں مہینہ ذیقعد ہے۔ ذیقعد کا شمار چار حرمت والے مہینوں میں ہوتا ہے۔ جن میں اہلِ عرب جنگ کرنا حرام سمجھتے تھے۔ ذیقعد قعود سے بنا ہے جس کا معنی بیٹھنا ہے۔ چونکہ اس مہینے میں اہل عرب جنگ کرنے سے گریز کرتے تھے۔ اس لیے اس کا نام ذیقعد پڑ گیا۔ اس مہینے میں اللہ تعالیٰ نے موسیٰ علیہ السلام سے تورات دینے کیلئے تیس راتوں کا وعدہ فرمایا تھا۔ اس کے علاوہ اسی ماہ کی پانچویں تاریخ کو حضرت ابراہیم علیہ السلام اور حضرت اسماعیل علیہ السلام نے بیت اللہ شریف کی بنیاد رکھی تھی۔ اسی ماہ کی چودہ تاریخ کو اللہ تعالیٰ نے حضرت یونس علیہ السلام کو مچھلی کے پیٹ سے نکالا تھا۔

ان وجوہات کی بنا پر ذیقعد کا مہینہ اسلامی تاریخ میں بڑا قابلِ قدر تصور کیا جاتا ہے۔ اس ماہ کی نفلی عبادت حسب ذیل ہیں۔

ذیقعد کی عبادت

پہلی رات کے نوافل: حدیث شریف میں ہے کہ جو کوئی ذیقعد کی پہلی رات میں چار رکعت نفل پڑھے اور اس کی ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد ۳۳ دفعہ سورۃ اخلاص پڑھے تو اس کے لیے جنت میں اللہ تعالیٰ ہزار مکان یاقوت سرخ کے بنائے گا اور ہر مکان میں جواہر کے تخت ہوں گے اور ہر تخت کے اوپر ایک حور بیٹھی ہو گی جس کی پیشانی سورج سے زیادہ روشن ہو گی۔ (رسائل فضائل شہور)

ہر رات میں دو نفل: ایک روایت ہے کہ اس مہینہ میں ہر رات دو نفل پڑھے اور ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص ایک ایک مرتبہ پڑھے۔ اللہ پاک یہ نماز پڑھنے والے کو انشاء اللہ حج و عمرہ کا ثواب عطا فرمائے گا۔ (فضائل شہور)

سو رکعت نوافل: ایک روایت میں ہے کہ جو بندہ اس ماہ کی ہر جمعرات کو ۱۰۰ نوافل یوں پڑھے کہ اس کی ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو اس کو اللہ تعالیٰ بے انتہا ثواب عطا فرمائے گا۔ (رسالہ فضائل شہور)

(بقیہ: صفحہ نمبر 16)

گلے کی سوزش کیلئے: پاؤ بھر پانی کو نیم گرم کر کے اس میں شہد ڈال کر غرارے کریں۔ ان شاء اللہ گلے کی سوزش ختم ہو جائے۔

فاقہ کی کرامات اور جدید سائنس

فاقے اگر حضور ﷺ کریں تو اللہ تعالیٰ کی مدد خندق اور بدر میں پہنچے ،یہی فاقے اگر صحابہؓ کریں تو پوری دنیا پر غالب آ جائیں ۔یہی فاقہ کشی اگر گاندھی کرے تو ہندو اس کی پوجا کرنے لگیں ۔''رشی کے فاقوں سے ٹوٹا نہ طلسم برہمن'' (اقبال)

عبدالواحد بن زیدؒ قسم کھا کر فرماتے ہیں اللہ تعالیٰ کسی شخص کی صفائی بغیر بھوکا رہنے کے نہیں کرتے اور اس کی وجہ سے بزرگ پانی پر چلا کرتے ہیں ،اس کی وجہ سے ان کو طی الارض حاصل ہوتا ہے ۔(احیاء العلوم امام غزالی)

طی الارض، بزرگوں کی ایک خاص رفتار کا نام ہے جس کی وجہ سے چند قدموں میں وہ ہزاروں میل طے کر لیتے ہیں ۔اولیاء کرامؒ کیا نے کو چھوڑ کر اس مقام کو حاصل کرتے تھے بلکہ اس کو یوں کہیں کہ وہ رزق کو چھوڑ کر رزاق کی تلاش میں رہتے تھے اور ان فاقوں سے انہیں کیا مقام ملا؟ ایسے واقعات کہ جن کو آج کی دنیا کے لوگ ماننے سے انکار کر رہے ہیں ۔

مجاہدات اور نفس کی مخالفت مقام مقربین تک پہنچنے کی سیڑھی ہے اور مجاہدات میں سب سے پہلا مجاہدہ ترک لذات ہے ۔اس لئے اولیاء کرامؒ نے تنگ دستی والی زندگی قبول فرمائی ۔یہ سنت ہے حضور ﷺ کی ۔تصویر کے دوسرے رخ کو دیکھیں تو یہی فاقے اگر حضور ﷺ کریں تو اللہ تعالیٰ کی مدد خندق اور بدر میں پہنچے ،یہی فاقے اگر صحابہؓ کریں تو پوری دنیا پر غالب آ جائیں ۔یہی فاقہ کشی اگر گاندھی کرے تو ہندو اس کی پوجا کرنے لگیں ۔''رشی کے فاقوں سے ٹوٹا نہ طلسم برہمن'' (اقبال) ۔اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا یہ مسئلہ طی الارض درست ہے یا مغالطہ ۔فاقوں اور مجاہدات سے کافر نے کیا لیا؟ کچھ ایسے واقعات لکھتا ہوں جو انگریز عیسائی نے لکھے ہیں ۔اس سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ ترک لذات اور فاقے انسان کو کہاں سے کہاں تک پہنچا سکتے ہیں اور حضور اقدس ﷺ کا حکم لاریب اور سچا ہے ۔اس کو ماننے والے کامیاب ہیں ۔لیکن ان فاقوں سے مقصود محض رضائے الٰہی ہے ۔اس ضمن میں جو واقعات لکھے جا رہے ہیں ان کا تعلق خالص روحانیات سے ہے اور حوالے کیلئے ۔(من کی دنیا، مصنف ڈاکٹر غلام جیلانی برق) لیڈ بیسٹر اپنی کتاب Invisible Helpers میں داستانیں لکھتا ہے کہ ۱۹۵۷ء میں انگلینڈ کے ایک اخبار میں ایک سوال شائع ہوا ۔''کیا کوئی ایسا شخص موجود ہے جس نے جسم لطیف میں سفر یا پرواز کی ہو ۔دو خواتین نے جواباً لکھا کہ انہیں یہ طاقت حاصل ہے ان کے نام یہ ہے ۔

۱۔مسز بی ۔ای بکیر ۲۔مسز اے ۔وسیم

یہ سوال و جواب پاکستان ٹائمز کی اشاعت ۱۲ اکتوبر ۱۹۵۷ میں بھی شائع ہوئے ۔ڈاکٹر کیرنگٹن نے اپنی مشہور کتاب ۔The projecton of the Astal Bodies میں بے شمار ایسے اشخاص کا ذکر کیا جو جسم لطیف میں سفر کیا کرتے تھے ۔

☆ڈاکٹر الیگزینڈر کانن کے تجربات:

ڈاکٹر کانن (پی ۔ایچ ۔ڈی) لندن کا شہرہ آفاق طبیب اور سکالر ہے ۔روحانیت سے گہرا شغف تھا ۔انہوں نے ہندوستان اور تبت کا دورہ کیا ۔اپنے مشاہدات ایک کتاب The Invisible Influence میں قلمبند کیے ۔یہ کتاب بہت پہلے شائع ہوئی ۔اس کتاب کے کچھ واقعات درج ہیں ۔ایک مرتبہ ایک کرنل مجھ سے ملنے آیا ۔انہی مسائل پر بحث ہو رہی تھی تو میں نے کرنل کو دماغی لہروں کے اثر سے غافل کر دیا اور کاغذ قلم اس کے ہاتھ میں تھما کر حکم دیا کہ فلاں سیاست داں جو کچھ کر رہا ہے لکھو وہ تین گھنٹے لکھتا رہا اور بعد میں اس تحریر کو میں نے اسی سیاست دان کو دکھایا اس نے تائید کی (صفحہ ۳۶) ابھی ہم تبت سے سو میل دور تھے کہ ہمارے ہاں ایک اجنبی وارد ہوا ۔گیروے رنگ کے لبے کرتے میں ملبوس تھا ۔کہنے لگا مجھے دلائی لامہ نے پیشوائی کیلئے بھیجا ہے ۔ہم سب حیران کہ اس کو ہماری خبر کس طرح پہنچی اور یہ اتنی دور سے یہاں کیسے پہنچ گیا؟ اس کے بعد لامہ کہنے لگا انسان اللہ کی مرضی کے سانچے میں ڈھل جائے اور اس سے محکم روابط قائم کر لے تو اس کا ارادہ اللہ کا ارادہ بن جاتا ہے ،جو قضا کی طرح موثر ہے ۔

(بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

سنبھالو کے اثرات

45 ایسی مریض عورتوں کا علاج معالجہ کیا گیا جو تولیدی نظام کے مطابق حاملہ ہونے کے قابل تو تھیں مگر ہارمونل سائیکل میں ناہمواری تھی ۔

حکیم ملک محمد عبداللہ

قدرت نے بے شمار جڑی بوٹیاں پیدا کی ہیں جو غور فکر کرنے کے بعد استعمال میں لائی جائیں تو یقیناً ان میں شفاء موجود ہے ۔ان ادویاتی جڑی بوٹیوں میں سے ایک بوٹی **سنبھالو** (Vitex Negundo) ہے جو نسوانی بیماریوں کیلئے لاجواب نفع بخش اثرات کی حامل ہے ۔

عورت اور مرد کی طبعی طور پر جسمانی ساخت کا نمایاں فرق ہے ۔عورت کو ہر ماہ (ماہانہ) بیماری لاحق ہوتی ہے کیونکہ عورت کا جسمانی نظام ہارمونل سائیکل ایسٹروجن اور پراجسٹرون پر مبنی ہے جس کی بدولت عورت میں بچے پیدا کرنے کی صلاحیت موجود ہے ۔عورت کی ماہانہ بیماری جو ہارمونل سائیکل کی ناہمواری کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے ان کے علاج معالجہ کیلئے قدرت نے شاہکار شفاء ادویاتی بوٹی سنبھالو میں ایسے اجزائے موثرہ پیدا فرمائے ہیں جو ہارمونل سائیکل کو اعتدال پر رکھنے میں انتہائی مؤثر ہیں ۔

یورپ میں یہی بوٹی (Vitex agnus Castus) کے نام سے موسوم ہے ۔آب و ہوا اور موسمی تفریق کے باوجود یکساں اثرات کی حامل ہے اور اس ادویاتی بوٹی کو دواسازی کیلئے مطلوبہ نتائج کے حصول کی خاطر 1960ء میں مشہور برطانوی ہربلسٹ مسٹر بیلر نے یونیورسٹی آف گوٹنجن انگلینڈ میں کئی ایک حاملہ نہ ہونے والی مادہ جانوروں پر آزمایا تو نوے روز میں انتہائی مثبت نتائج برآمد ہوئے ۔ان کے آرگن سٹرکچر میں کسی قسم کی کوئی تبدیلی

(بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

تھوڑی چیز جو کفایت کر سکے اس سے بہتر ہے جو کثرت سے ہو ،لیکن غافل کر دے ۔

خوشی تلاش کرنے کے طریقے

خود بھی خوش رہنا اور دوسروں کو بھی خوش رکھنا زندگی کو طویل بھی کرتا ہے اور معاشرے کو بھی بہت فائدہ پہنچاتا ہے۔ دوسروں کا تعاون زیادتی عمر کا باعث بھی ہوتا ہے اور دماغی اور جسمانی صحت میں بھی ممد و معاون ہوتا ہے۔ ناکامیوں' نقصانوں کو عارضی سمجھ کر نظر انداز کر دیجئے۔

(محمد منیر اعوان قریشی، اعوان ٹاؤن لاہور)

مشہور پروفیسر ڈاکٹر وائنز نے خوشی کی تلاش پر تحریر لکھی ہے جو قابل توجہ اور قابل عمل بھی ہے۔ مفکر ٹالسٹائی کا قول ہے کہ خوش باش خاندان ایک جیسے ہوتے ہیں لیکن ہر فرد خوشی کو مختلف طرح سے اور مختلف سطحوں سے محسوس کرتا ہے۔ خوشگوار موسم، سخت امتحان میں کامیابی، نومولود کے کھلکھلانے، سیر گاہ کی پارٹی اور کسی سے دلی محبت وغیرہ، یہ سب عوامل اپنی اپنی نوعیت کی خوشی دیتے ہیں۔ جب ہم کامیابی حاصل کرتے ہیں تو فرحت محسوس کرتے ہیں یا اچھے موڈ میں ہوتے ہیں تو ہم سمجھتے ہیں کہ ہم خوش ہیں لیکن خوشی حالات، ماحول اور دوسروں کے نرم سلوک سے بدلتی رہتی ہے۔ ایسا بھی ہے کہ کوئی غم نہ ہو تو یہ بھی خوشی کی دلیل ہے۔ جب کوئی مثبت واقعہ ہو تو انسانی دماغ کو پیغام پہنچتا ہے، نبض کی رفتار بدلتی ہے، جسم کی جلد کا ٹمپریچر بدلتا ہے اور پٹھے ڈھیلے ہو جاتے ہیں۔ خوشی کا اندازہ اس سے ہوتا ہے جب ہم دوسروں سے مقابلہ کرتے ہیں کہ فلاں اتنی اعلیٰ پوزیشن پر ہے یا صاحب ثروت ہے پھر اپنی حالت کا جائزہ لیتے ہیں اگر طبیعت میں قناعت کا مادہ ہو تو خوشی کا ٹارگٹ دور نہیں ہوتا۔ سماجی تعلقات خوشی میں اہم مقام رکھتے ہیں، عزیز رشتہ داروں اور دوستوں کی محبت ایک بڑا اثاثہ ہے۔ دوسروں کا تعاون زیادتی عمر کا باعث بھی ہوتا ہے اور دماغی اور جسمانی صحت میں بھی ممد و معاون ہوتا ہے۔ زندگی کے متعلق انسان کا رویہ مثبت ہونا ضروری ہے۔ خوشی دینے کی کوشش کرتے رہنا چاہیے۔ اس کے بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

خود بھی خوش رہنا اور دوسروں کو بھی خوش رکھنا زندگی کو طویل بھی کرتا ہے اور معاشرے کو بھی بہت فائدہ پہنچاتا ہے۔ یقین کریں کہ آپ افسردہ اور غمگین چہروں کی بجائے خوش باش' شگفتہ چہروں کو پسند کریں گے' صحت مند لوگوں سے میل جول خوشیاں پھیلانے کا باعث بنتا ہے۔

آپ کا گلاس نصف پانی سے بھرا ہوا اور نصف خالی ہے۔ پرامید لوگ بھرے ہوئے کو اہمیت دیتے ہیں اور ناکامیوں، قصانوں کو عارضی سمجھ کر نظر انداز کر دیتے ہیں جبکہ مایوس اور غمزدہ اشخاص منفی پہلو کو سامنے رکھتے ہیں۔ ان کے نزدیک ہر واقعہ غم کا باعث ہوتا ہے۔ ان کی صحت بھی خراب رہتی ہے۔ امید زندگی کا چراغ ہے' دل و دماغ روشن رہتے ہیں۔ ہم اپنے ذہن کو جو بھی پیغام بھیجیں گے اسی کے مطابق ہم کو خوشی اور غم حاصل ہوگا۔ یہ ہم پر منحصر ہے کہ ہمیں مثبت اشارے دینے چاہئیں۔ زندگی میں جو کچھ اچھے کام آپ سے ہو چکے ہیں یا جو انعامات آپ کو مل چکے ہیں ان کو یاد کریں۔ جن لوگوں سے مل کر آپ کو خوشی ہوتی ہے ان سے روابط بڑھائیں۔ ہم جنسوں کی صحبت خوشی کا باعث ہوتی ہے کسی قسم کی ہابی Hobby اختیار کریں۔ باغبانی، سوشل ویلفیئر وغیرہ وغیرہ ایسی مصروفیات جو آپ کو خوشی دے سکتی ہیں۔

شعوری طور پر آپ کو ایسے حیلے اختیار کرنے چاہئیں جو خوشی میں اضافہ کریں۔ مثلاً بیماروں، لاچاروں اور غمزدہ لوگوں کی مدد اور دست گیری۔ کسی کو تحفہ دینا بہت اہمیت رکھتا ہے چاہے وہ ایک پتھر سے بنی ہوئی کوئی چیز ہو۔ علم کے متلاشیوں کو ایک اچھی سی کتاب، بچوں کو ایک مفید اور پرکشش کھلونا یا خالی ایک ٹافی بھی دل کو خوش کرنے کا ذریعہ بنتی ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ کئی لوگ اس مقصد کیلئے جیب میں ٹافیاں رکھتے ہیں اور حسب موقع بچوں کو خوش کرکے خود خوش ہوتے ہیں۔ ذرا سی توجہ کرکے آپ ایسے بہت سے ذرائع استعمال کر سکتے ہیں۔ آخر میں ایک مقولہ بیان کرنا موقع محل کے عین مطابق ہوگا:۔

کچھ دیر پہلے نیند سے گزری ہوئی دلچسپیاں
بیتے ہوئے دن عیش کے بنتے ہیں شمعِ زندگی
اور ڈالے ہیں روشنی میرے دلِ صد چاک پر!

درود شریف کی اہمیت

قرآن کریم نے جس ذکر کثیر کی تعلیم دی ہے درود شریف ہی اس کا صحیح مصداق ہو سکتا ہے۔ (محمد یونس قادری' ٹنڈو آدم)

حضرت اُبی بن کعب رضی اللہ عنہ نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم میں آپ ﷺ پر کثرت سے درود شریف بھیجنا چاہتا ہوں تو اس کی مقدار اپنے اوقات دعا میں کتنی مقرر کروں؟ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جتنا تمہارا دل چاہے۔ حضرت اُبی بن کعب رضی اللہ عنہ نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم چوتھائی۔ آپ ﷺ نے فرمایا تمہیں اختیار ہے اور اگر اس سے بڑھا دو تو تمہارے لیے بہتر ہے۔ حضرت اُبی بن کعب رضی اللہ عنہ نے عرض کیا کہ نصف کر دوں۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تمہیں اختیار ہے اور اگر بڑھا دو تو زیادہ بہتر ہے۔ انہوں نے عرض کی تو دو تہائی کر دوں؟ آپ ﷺ نے فرمایا تمہیں اختیار ہے اور اگر اس سے بڑھا دو تو تمہارے لیے زیادہ بہتر ہے۔ انہوں نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پھر تو میں اپنے سارے وقت کو آپ ﷺ پر درود شریف کیلئے مقرر کرتا ہوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا تو اس صورت میں تمہارے سارے فکروں کی کفایت کی جائے گی اور تمہارے گناہ بھی معاف کر دیئے جائیں گے (ترمذی)۔ اس حدیث پاک سے معلوم ہوا کہ درود شریف سب اوراد و وظائف کی بجائے زیادہ پڑھنا مفید ہے۔ اس لیے کہ قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ نے بہت سے احکامات ارشاد فرمائے لیکن کسی حکم میں (ماسوائے درود شریف کے) یہ نہیں فرمایا کہ میں بھی یہ کام کرتا ہوں تم بھی کرو۔ یہ بات صرف درود شریف کے اندر ہی ہے۔ اس لیے رحمتوں کے حصول کا اس سے بڑھ کر کوئی ذریعہ نہیں۔ درج ذیل احادیث مبارکہ سے یہ بات بالکل واضح ہو جاتی ہے۔ درود شریف کی کثرت کرکے زیادہ سے زیادہ رحمت الٰہی کو حاصل کرنا چاہیے جو دنیا و آخرت میں ہر کامیابی کا دروازہ کھولتی ہے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے جو شخص مجھ پر ایک مرتبہ درود شریف پڑھے اللہ تعالیٰ اس پر دس مرتبہ درود بھیجتے ہیں (مسلم)

حضرت عبداللہ بن عمرو رضی اللہ عنہ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

عبقری 29 **چیچک سے حفاظت کیلئے:** نیلا دھاگہ لیں اور اس پر سورۂ رحمٰن پڑھیں جب فبای الاء ربکما تکذبان آئے پھونک مار کر ایک گرہ لگائیں پھر گلے میں باندھ دیں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرِنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ماہِ اکتوبر 2008 کے جوابات:

☆ **محترمہ افشاں صاحبہ** پھلوں کا تازہ رس، سبزیاں بکثرت استعمال کرنا۔ جسم اور چہرے کو مصنوعی کریموں، لوشنوں سے بچانا ہی حُسن ہے لیکن کرتے بہت کم ہیں۔ (ڈاکٹر طاہر عزیز۔ سکن سپیشلیسٹ) حسن کے لیے پرانی کتابوں میں غازے اور اُبٹن ہی لاجواب ہے اب ہم وہ بھول گئے ہیں کیمیکل کی طرف لگ گئے ہیں۔ آپ بھی پرانے اُبٹن استعمال کریں۔ (عذرا خاتون۔ لاہور) صرف لیموں کا رس لیموں سمیت لگانا اور ملنا ہی حسن کو نکھار دیتا ہے۔ (رقیہ۔ تلہ گنگ)

محترم ظفر اقبال صاحب: بڑھے پیٹ کے لیے آپ زیرہ سفید، سہاگہ، کالی مرچ اور پودینہ خشک ہموزن پیس کر ایک چمچ کھانے کے بعد صبح و شام لیں۔ چند ماہ میں اچھے نتائج آپ خود محسوس کریں گے۔ (اظہر علی۔ نوشہرہ)

محترمہ عائشہ صاحبہ: کمزوری کی بڑی وجہ دراصل آپ کے اندر خون کی کمی ہے اور یہ خون کی کمی ہی تمام بیماریوں کی وجہ ہے۔ خون کی کمی پھلوں اور خوراک سے کم کریں۔ مرغن اور مصالحہ دار خوراک چھوڑ دیں۔ سادہ خوراک لیں۔ مزید جوارش شاہی مستقل لیں۔ (ولایت بیگم۔ پشاور)

محترم سلطان صاحب: آپ ایسا کریں 21 دانے عناب، تین دانے بڑی الائچی، سونف ایک چمچ چائے والا سب کو ہلکا کوٹ کر ایک کپ ابلتے پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح مل چھان کر آدھا چمچ چائے والا شہد ملا کر پی لیں۔ پھر اسی دوائی میں ایک کپ گرم پانی کا ڈال کر رکھ دیں۔ پھر یہی پانی چھان کر شام کو پی لیں اور دوائی کا فضلہ پھینک دیں۔ پھر نئی دوائی اسی طرح بھگو دیں اور اسی طرح صبح پئیں۔ چالیس دن ایسا کریں، زندگی بھر کے لیے یہ چہرے اور ماتھے پر دانوں کی تکلیف ختم ہو جائے گی۔ (بیگم صابر حسین)

محترم عقیل صاحب: آپ اپنی ناف کے لیے جو کہ باہر نکلی ہوئی ہے ایک روحانی عمل کریں۔ وہ یہ ہے کہ نمک کھانے والا لیکر اس پر اکتالیس بار سورہ یسین پڑھ لیں۔ پھر وہی نمک ہر کھانے کے بعد چٹکی چٹکی لیں اور ایک چٹکی ناف پر بھی لگا لیا کریں۔ چند ماہ ایسا کریں۔ زندگی بھر کے لیے میرا تجربہ ہے کہ ناف اندر چلی جائے گی۔ (حکیم محمد یسین۔ جھنگ)

مستری کرم علی صاحب آپ کے ہاتھ سیمنٹ کی وجہ سے پھٹ جاتے ہیں۔ آپ یہ مرہم لگائیں، میرے خالہ زاد کا بھی یہی مسئلہ تھا وہ بھی اسی مرہم سے ٹھیک ہوا۔ **ھوالشافی؛** ناریل کا تیل ایک پاؤ، دیسی انڈے کی سفیدی چھ عدد، رال سفید 50 گرام، تمام چیزیں اتنی زیادہ آپس میں رگڑیں کہ یہ مرہم بن جائے، ہوابند بوتل میں بند کر کے رکھیں۔ صبح و شام لگائیں، چند ہفتوں میں مکمل فائدہ ہوگا۔ (واصف علی)

محترمہ نزہت صاحبہ: آپ کا کچن میں چہرہ سرخ ہو جاتا ہے یہ دراصل الرجی کی وجہ سے ہے اور اس کے لیے پیچھے والا نسخہ جس میں عناب، سونف اور الائچی ہے۔ آپ وہی مستقل استعمال کریں۔ (ایڈیٹر)

محترمہ بشریٰ صاحبہ: آپ کو آسمانوں کی سیر کرنے کا روحانی عمل چاہیے اور قدرت کے روحانی کرشمے دیکھنے ہیں تو پھر آپ یہ عمل کریں۔ سورۃ التکاثر کا سوا لاکھ کریں (چالیس دن میں) پھر اس کا کمال دیکھیں۔ (الفت نذیر)

محترمہ کوثر صاحبہ: آپ کا ناک بھدا ہے، چکنائی رہتی ہے اور دانے نکلتے ہیں۔ کیونکہ قارئین کی طرف سے اس کا کوئی جواب نہیں آیا، میرا تجربہ ہے۔ کہ سونف، الائچی والا نسخہ آپ کے لیے نہایت مفید رہے گا۔ (ایڈیٹر)

محترمہ سمیرا کنول صاحبہ: آپ نے سکون قلب کے لیے وظیفہ پوچھا ایک نہایت تجربہ شدہ وظیفہ بتاتی ہوں، جو کہ مجھے خود حکیم صاحب ایڈیٹر عبقری سے ملا تھا ''**یَاخَالِقُ، یَا بَاعِثُ، یَــا نُـوْرُ**'' ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھیں، پھر اس کا کمال دیکھیں۔ (بیگم اطہر کمال) ☆**محترم افضل صاحب:** آپ کو گندے خواب آتے ہیں، اس کے لیے میرا تجربہ ہے کہ گناہوں کی زندگی سے پرہیز اور ہر وقت درود شریف پڑھیں، اسے اپنا معمول بنالیں، بہت فائدہ ہوگا۔ (ایک اللہ والی)

☆**محترم مرتضیٰ صاحب:** آپ آفس میں پریشان رہتے ہیں دراصل یہ نفسیاتی مسئلہ ہے۔ اس کے لیے عبقری کی سکونی توجہ سے چند ماہ استعمال کریں۔ میرا یہی مسئلہ تھا کسی نے مجھے یہ بتایا۔ میں دوائیاں اور گولیاں کھا کھا کر تھک گیا تھا، جب سے استعمال کیا سو فی صد فائدہ ہوا۔ (کریم اللہ، پشاور)

نومبر 2008 کے سوالات

☆ میں کالج میں پڑھتا ہوں اور بہت کمزور ہوں۔ رنگ بھی کالا ہوتا جا رہا ہے۔ مجھے دیکھ کر سب مذاق اُڑاتے ہیں، کوئی ہمدرد میرے مسئلے کا آزمودہ حل بتائے۔ (طاہر رضا، رحیم یار خاں)

☆ میں بی، اے کی طالبہ ہوں، قبض کی وجہ سے شدید تکلیف میں مبتلا رہتی ہوں۔ دوا کھانے سے وقتی طور پر آرام آتا ہے۔ (طیبہ بی بی، نوشہرہ) ☆ ہمارے گھر میں سب بچوں کے دانت پیلے ہین، میں مہنگے ٹوتھ پیسٹ خرید نہیں سکتا۔ (رحیم داد خان، سکھر) ☆ میرے پیٹ میں ہر وقت درد رہتا ہے، سادہ غذا اور گرم دوا کھا کھا کر طبیعت اکتا گئی ہے۔ اب میں کوئی دوا نہیں کھا رہا۔ (سعید، اوکاڑہ)

☆ میرے ہاتھوں پر بہت ساری جھریاں ہیں، جن سے ہاتھ بہت برے لگتے ہیں، چند ماہ سے آنکھوں کے نیچے بھی جھریاں پڑ رہی ہیں، کوئی ہمدرد اس مسئلے کا حل بتائے۔ (فریحہ عزیز، کراچی)

☆ میرے دونوں کانوں میں ہر وقت سیٹی کی آواز آتی ہے، بعض دفعہ لگتا ہے کہ دماغ کے اندر سے آواز آ رہی ہے۔ قارئین میں اس مسئلے سے بہت زیادہ پریشان ہوں۔ (عمر قریشی، کشمیر)

☆ میری عمر چالیس سال ہے۔ رات کو میرے پاؤں بہت زیادہ دکھتے ہیں، بستر پر لیٹا نہیں جاتا، کوئی ہمدرد اس مسئلے کا آزمودہ حل بتائے۔ (تحسین انور)

☆ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چہرے پر بہت سارے بال ہیں۔ ان کا علاج بھی کروایا ہے مگر کوئی فائدہ نہیں ہو رہا بہت ساری کریمیں بھی استعمال کی ہیں۔ لیکن کوئی خاص فائدہ نہیں ہو رہا۔ اب عبقری کے قارئین سے درخواست ہے کہ ایسا نسخہ بتائیں کہ میرا اور میرے دوستوں کا یہ مسئلہ حل ہو جائے۔ (عبدالفتاح، سکھر سندھ) ☆ مجھے بواسیر تھی جس کے لیے میں نے عبقری سے ایک ٹوٹکہ آزمایا جس سے کافی آفاقہ ہوا۔ لیکن ایک رگ پھول کر بار بار مقعد سے باہر نکل آتی ہے۔ جس سے نماز کے لیے ہر بار شلوار تبدیل کرنا پڑتی ہے۔ عبقری کے قارئین اس کے لیے اپنا کوئی تجربہ ماہنامہ عبقری کے ذریعے بتائیں۔ (ایک عبقری کا قاری) ☆ میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے عرصہ 18 سال سے آنتوں کی ناسور بیماری یعنی السر یٹو کولائٹس ہے۔ پاخانے میں خون آتا ہے۔ بڑی آنت میں زخم اور ورم ہیں۔ پاخانہ بغیر کنٹرول کے اور بار بار آتا ہے۔ کوئی بھی قاری اپنا روحانی ٹوٹکہ یا دوائی سے علاج بتائیں۔ (مشتاق قریشی، لیہ)

☆ میری شادی میں رکاوٹ ہے بات تقریباً طے ہو جاتی ہے۔ لیکن آخر میں لڑکی والے پھر انکار کر دیتے ہیں۔ ہر قسم کا وظیفہ، حربہ استعمال کیا ہے۔ لیکن فائدہ کوئی نہیں ہوا، حالانکہ تعلیم یافتہ اور سرکاری ملازم ہوں۔ رشتہ کی بندش دور کرنے کے لیے کوئی عمل بتائیں۔ (ف، ب، مالاکنڈ ایجنسی)

عبقری 29 **آدھے سر کا درد:** مخالف ناک کے نتھنے (یعنی جس طرف درد ہو اس کی الٹی طرف کے نتھنے) میں ایک قطرہ شہد ٹپکا دیں۔

ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا

اللہ پر کامل اعتماد کرنیوالا وہ ہے جو دنیاوی شے کے فوت ہو جانے کو غنیمت تصور کرے اور جو اللہ کے وعدوں کو انسانوں کے وعدوں سے زیادہ اطمینان بخش سمجھے۔ جو قضا و قدر پر راضی رہتا ہے وہ ہی اپنے نفس سے واقف ہو جاتا ہے۔ (ایم صادق کاکڑ، لورالائی)

☆ **اقوال حضرت حسن بصریؒ:** فرمایا بھیڑ بکریاں انسانوں سے زیادہ باخبر ہوتی ہے کیونکہ چرواہے کی ایک آواز پر چرنا چھوڑ دیتی ہیں اور انسان اپنی خواہشات کی خاطر احکام الٰہی کی بھی پرواہ نہیں کرتا○ فرمایا فکر ایک ایسا آئینہ ہے جس میں نیک و بد کا مشاہدہ کیا جا سکتا ہے○ فرمایا تم سے قبل آسمانی کتابوں کی ایسی وقعت تھی کہ لوگ اپنی راتیں ان کے معانی پر غور و فکر کرنے میں گزار دیتے تھے اور دن میں اس پر عمل پیرا ہو جاتے تھے لیکن تم نے اپنی کتاب پر زیر و زبر تو لگائے مگر عمل ترک کر کے آسائش دنیا میں گرفتار ہو گئے○ کوئی شخص قبرستان میں بیٹھا کھانا کھا رہا تھا اس کو دیکھ کر فرمایا کہ یہ منافق ہے کیونکہ جس کی نفسانی خواہش مردوں کے سامنے بھی حرکت کرتی ہے اس کو موت و آخرت پر یقین نہیں ہوتا اور جو ان دونوں پر یقین نہ کرے اس کو منافق کہتے ہیں۔

☆ **اقوال حضرت مالک بن دینارؒ:** فرمایا کہ میں نے آسمانی صحائف میں دیکھا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے حضور اکرم ﷺ کی امت کو دو ایسی نعمتیں عطا فرمائی کہ جبرائیلؑ اور میکائیلؑ کو بھی عطا نہیں ہوئی۔ اول نعمت یہ ہے کہ فاذکرونی اذکرکم تم مجھے یاد کرو، میں تمہیں یاد کروں اور دوسری نعمت یہ ہے ادعونی استجب لکم تم مجھے پکارو، میں تمہاری دعا قبول کروں گا○ منقول ہے کہ کسی نے دم مرگ آپ سے وصیت کرنے کی خواہش کا اظہار کیا تو فرمایا کہ تقدیر الٰہی پر راضی رہ تاکہ تجھ کو عذاب حشر سے نجات مل سکے۔

☆ **اقوال حضرت رابعہ بصریؒ:** بعض لوگوں نے آپ سے سوال کیا کہ بلا کسی ظاہری مرض کے آپ گریہ وزاری کیوں کرتی رہتی ہیں۔ فرمایا کہ میرے سینے میں ایک مرض پنہاں ہے کہ جس کا علاج نہ تو کسی طبیب کے بس میں ہے اور نہ وہ مرض تمہیں دکھائی دے سکتا ہے اور اس کا واحد علاج صرف وصال خداوندی ہے۔ اس لیے میں مریضوں جیسی صورت بنائے ہوئے گریہ وزاری کرتی رہتی ہوں کہ شاید اسی سبب سے قیامت میں تکمیل تمنا ہو جائے۔ آپؒ اکثر فرمایا کرتی تھیں کہ صرف زبانی توبہ کرنا کاذب لوگوں کا فعل ہے کیونکہ اگر صدق دل کے ساتھ توبہ کی جائے تو دوبارہ کبھی توبہ کی ضرورت ہی پیش نہ آئے۔

☆ **اقوال حضرت فضیل بن عیاضؒ:** فرمایا دو خصلتیں حماقت پر مبنی ہیں اول بلاوجہ ہنسنا، دوم دن رات کی بیداری سے گریز کرنا اور خود عمل نہ کرتے ہوئے دوسروں کو نصیحت کرنا○ کسی قاری نے بہت خوش الحانی کے ساتھ آپ کے سامنے کوئی آیت تلاوت کی تو آپؒ نے فرمایا کہ میرے بچے کے نزدیک جا کر تلاوت کرو لیکن سورۃ القارعۃ ہرگز مت پڑھنا کیونکہ خشیت الٰہی کی وجہ سے وہ ذکر قیامت سننے کی استطاعت نہیں رکھتا۔ مگر قاری نے وہاں پہنچ کر سورۃ القارعۃ کی ہی تلاوت کی اور آپ کا صاحبزادہ ایک چیخ مار کر دنیا سے رخصت ہو گیا○ حضرت امام احمد بن حنبلؒ فرمایا کرتے تھے کہ میں نے اپنے کانوں سے حضرت فضیل کو یہ کہتے سنا ہے کہ طالب دنیا رسوا و ذلیل ہوتا ہے۔

☆ **اقوال حضرت ابراہیم بن ادہمؒ:** فرمایا کہ جس کو تین حالتوں میں دلجمعی حاصل نہ ہو تو سمجھ لو کہ اس کے اوپر باب رحمت بند ہو چکا ہے۔ اول تلاوت کلام مجید کے وقت، دوم نماز میں، سوم ذکر و شغل کے وقت○ آپؒ فرمایا کرتے تھے کہ میں نے ایک غلام خرید کر جب اس سے دریافت کیا کہ تم کھاتے کیا ہو؟ تو اس نے کہا کہ جو آپ کھلا دیں۔ میں نے پھر پوچھا تمہاری خواہش کیا ہے؟ تو اس نے جواب دیا جو آپ کی خواہش ہو۔ غلام کو ان چیزوں سے بحث نہیں ہوا کرتی یہ سن کر میں نے سوچا کہ کاش میں بھی اللہ تعالیٰ کا یونہی اطاعت گزار ہوتا تو کتنا بہتر ہوتا○ کسی نے آپؒ سے سوال کیا کہ دلوں پر پردے کیوں پڑے ہوئے ہیں؟ فرمایا کہ خدا کے دشمنوں کو اپنا دوست سمجھنے پر اور آخرت کی نعمتوں کو فراموش کر دینے کی وجہ سے۔

☆ **اقوال حضرت بشر حافیؒ:** فرمایا کہ دنیاوی نمود کا خواہشمند لذت و آخرت سے محروم رہے گا○ ایک دن آپؒ نے قبرستان میں مُردوں کو لڑتے ہوئے دیکھ کر اللہ تعالیٰ سے عرض کیا کہ ان کا راز مجھے بھی معلوم ہو جائے۔ جب میں نے ان مُردوں سے پوچھا تو انہوں نے کہا کہ ایک ہفتہ قبل کسی شخص نے سورہ اخلاص پڑھ کر اس کا ثواب ہمیں بخش دیا تھا، آج پورے ایک ہفتے سے ہم اس کی تقسیم میں مصروف ہیں لیکن ابھی تک وہ ختم نہیں ہوا○ فرمایا کہ جو دنیاوی عزت چاہتا ہے اسے تین چیزوں سے کنارہ کش رہنا چاہیے، اوّل مخلوق سے اظہار حاجت کرنا، دوم دوسروں میں عیب نکالنا، سوم کسی کے مہمان کے ہمراہ جانا○

☆ **اقوال حضرت ذوالنون مصریؒ:** فرمایا کرتے تھے کہ ایک دن میں دریا پر وضو کر رہا تھا کہ سامنے کے محل پر ایک خوبصورت لڑکی نظر آئی اور جب میں نے اس سے گفتگو کرنے کیلئے کہا تو اس نے کہا کہ دور سے میں تم کو دیوانہ تصور کیے ہوئے تھی اور جب کچھ قریب آ گئی تو میں نے عالم سمجھا اور جب بالکل قریب آ گئی تو اہل معرفت تصور کیا لیکن اب معلوم ہوا کہ تم ان تینوں میں سے کچھ بھی نہیں اور جب میں نے اس کی وجہ پوچھی تو اس نے جواب دیا کہ دیوانے وضو نہیں کرتے، عالم نامحرم پر نظر نہیں ڈالتے اور اہل معرفت خدا کے سوا کسی کو نہیں دیکھتے۔ یہ کہہ کر وہ غائب ہو گئی اور میں نے سمجھ لیا کہ یہ غیب کی جانب سے ایک تنبیہ ہے○ فرمایا ہر جرم کی ایک سزا ہوا کرتی ہے اسی طرح ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا دنیاوی محبت ہے○ فرمایا کہ انسان پر چھ چیزوں کی وجہ سے تباہی آتی ہے۔ 1۔ اعمال صالحہ سے کوتاہی کرنا 2۔ ابلیس کا فرمانبردار ہونا 3۔ موت کو قریب نہ سمجھنا 4۔ رضا الٰہی چھوڑ کر مخلوق کی رضا مندی حاصل کرنا 5۔ نفس پرستی کرنا 6۔ اکابرین کی غلطی کو سند بنا کر ان کے فضائل پر نظر نہ کرنا اور اپنی غلطی کو ان کے سر تھوپنا○ فرمایا کہ اگر تم حصول معرفت کے متمنی ہو تو خدا سے ایسی دوستی کی مثال (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

کسی مومن کے لیے جائز نہیں کہ اپنے مسلمان بھائی سے تین دن سے زیادہ قطع تعلق کرلے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

بال گر رہے ہیں

میری شادی ہونے والی ہے اور میں بہت سے ڈاکٹروں، حکیموں سے علاج کرا چکی ہوں۔ میرے سر کی خشکی کم ہونے کی بجائے بڑھتی جا رہی ہے۔ طرح طرح کے شیمپو استعمال کرنے اور تیل لگانے سے میرے سر میں تکلیف زیادہ ہوگئی ہے۔ ماتھا آگے سے چوڑا ہوتا جا رہا ہے' بال گر رہے ہیں۔ بہت پریشان ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ خدا کیلئے میری مدد کریں۔ دسمبر میں میری شادی ہے اور بال تیزی سے گر رہے ہیں۔ جوئیں بھی بار بار پڑ جاتی ہیں۔ آسان مشورہ دیں۔ (نام شائع نہ کریں)

جواب: آپ پریشان ہو رہی ہیں۔ کیا اس پریشانی سے آپ کے گرتے بالوں پر کوئی فرق پڑے گا۔ آپ چقندر منگائیے مگر وہ پتوں کے ساتھ ہوں۔ دو تین چقندروں کے پتے لے کر موٹے کاٹ لیجئے، انہیں ایک کلو پانی میں اچھی طرح جوش دیجئے۔ پھر اتار کر رکھ لیجئے۔ روزانہ یہ پانی سر میں لگائیے اور پانچ دس منٹ بعد سر دھولیں۔ تلوں کا تیل یا کھوپرے کا تیل منگائیے اس میں چقندر کے قتلے کاٹ کر خوب گرم کیجئے۔ جب چقندر سیاہ ہو جائیں تو اتار کر ٹھنڈا کر کے چھانیئے۔ ہفتے میں دو بار یہ تیل رات کو سر پر لگائیے۔ صبح شیمپو کیجئے اور پھر چقندر کے پتوں کے پانی سے سر دھو کر خشک کر لیجئے اگر آپ کے پاس وقت ہے تو دن میں دو بار پتوں کے پانی سے سر دھوئیے۔ اس کے بعد سادہ پانی سر میں نہ ڈالیے۔

چقندر کے پتوں کے پانی میں یہ خاصیت ہے کہ خشکی دور کرتا ہے اور بالوں کو بڑھاتا ہے۔ اس کے استعمال سے بار بار جوئیں پیدا نہیں ہوتی۔ چقندر کے تیل سے بھی بال بڑھتے ہیں۔ ایک ماہ میں یہ سب کچھ تو ہونے سے رہا، بہر حال فرق پڑے گا۔ آپ استعمال کرتی رہیے، بے ضرر علاج ہے۔

حساس جسم

موسم بدلتے ہی میرے بچے بیمار پڑ جاتے ہیں۔ طرح طرح کے دانے جسم پر نکلتے ہیں۔ کبھی سرخ دھپڑ پڑ جاتے ہیں۔ اینٹی الرجی دوا سے وقتی طور پر ہی آرام آتا ہے۔ میری بچی کا چہرہ بہت خراب ہوگیا ہے۔ سرخ کالے نشانات کی وجہ سے وہ سکول بھی نہیں جاتی۔ فروری، مارچ میں زیادہ دانے نکلتے ہیں۔ دوسرا مسئلہ یہ کہ میرے گھر کی دیواروں میں سیلن آجاتی ہے۔ کوئی ایسا ٹوٹکہ بتائیے کہ جس سے یہ تکلیف دور ہو جائے۔ (سلمیٰ یاسمین)

موسم بدلنے کی وجہ سے انسانی جسم کی حساسیت' بہت بڑھ جاتی ہے اور اسی وجہ سے آپ کے بچوں کو جلدی تکالیف ہوتی ہیں۔ ہمارے ہاں' عناب کے دانے ان تکالیف کیلئے عرصہ دراز سے استعمال ہو رہے ہیں۔ بڑوں کیلئے سات دانے عناب کے رات کو ایک پیالی پانی میں بھگو دیجئے اور صبح مل چھان کر پی لیجئے۔ بیس اکیس دن پینے سے خون کی خرابی ٹھیک ہو جاتی ہے۔ نزلہ' زکام' کھانسی' اگر الرجی سے ہو تو اس کا جوشاندہ پینے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ تین چار ہفتہ پی لیا جائے تو الرجی ٹھیک ہو جاتی ہے۔ عناب جوشاندے کا اہم جزو ہوتا ہے۔ عناب کا شربت بھی ہمدرد دواخانہ سے لے کر اپنے بچوں کو پلا سکتی ہیں۔ جن بچیوں کے منہ پر موسم کی حساسیت سے کیل مہاسے نکلیں انہیں عناب سات عدد اور منڈی بوٹی کے گیارہ دانے رات کو بھگو کر صبح مل کر اور چھان کر پینے سے آرام آتا ہے۔ منڈی کا ذائقہ تلخ ہوتا ہے لہٰذا اس میں ایک چمچی چینی یا شہد ملا کر پی سکتے ہیں۔ عناب کا شربت گرمیوں میں استعمال کرنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔

بربادی کا علاج

میں اکلوتی لڑکی ہوں۔ بچپن ہی سے مجھے تکلیف ہے۔ اب میری شادی ہونے والی ہے۔ مجھے بتائیے میں اپنے آپ کو کیسے درست کروں اور کیسے اپنی تکلیف پر قابو پاؤں۔ خدا اور رسول ﷺ کے واسطے میری مدد کیجئے، بہت مجبور ہو کر خط لکھ رہی ہوں۔ اللہ آپ کا بھلا کرے۔ (س،ش،صوابی)

بی بی! آپ کا مفصل خط میرے سامنے ہے۔ آپ جوابی لفافہ بھیج دیتیں تو میں براہ راست جواب دیتا۔ اب آپ دوبارہ خط لکھ کر جوابی لفافہ بھیجئے۔ قصور آپ کا نہیں۔ بچپن میں خصوصاً دیہات میں بچوں کو اس طرح گود میں لیا جاتا ہے کہ ان کے جسم کے نازک حصے رگڑ کھاتے رہتے ہیں۔ ایسے میں نائلون کے نیکر ہو تو اور بھی برا اثر پڑتا ہے۔ ہوا نہ لگنے اور رگڑ سے خراشیں پیدا ہو کر دانے ہو جاتے ہیں جو آہستہ آہستہ بڑھ جاتے ہیں اور خارش کی یہ عادت پختہ ہو جاتی ہے۔ والدین کو چاہیے کہ بچوں کو احتیاط سے گود میں لیں۔ چار پانچ سال کے بچے کو کندھے پر بٹھا کر چلنا اچھی بات نہیں۔ کچھ بچوں کی جلد حساس ہوتی ہے۔ ابھی پچھلے دنوں تین سالہ بچی کو دیکھا اس کا نیچے کا سارا جسم دانوں اور پیپ سے بھرا تھا۔ وجہ یہی تھی کہ رگڑ سے خراش ہوتی تھی جو شدید عارضے میں بدل گئی۔

آپ جہاں رہتی ہیں' وہاں آس پاس نیم کا درخت ضرور ہوگا۔ آپ نیم کے پتے اور چھوٹی ٹہنیاں توڑ کر پانی کے دیگچے میں اُبال لیجئے اور ٹھنڈی کر کے ماؤف حصے کو دن میں تین بار اچھی طرح دھوئیے۔ گیندے کے پھول مل جائیں یا کوئی پودا تو اس کے نرم پتے توڑ کر تھوڑے سے پانی میں ابال لیے۔ پتے نکال کر اس پانی میں تھوڑا سا کھوپرے کا تیل ملا کر پکائیے۔ پانی خشک ہو جائے تو تیل سنبھال کر رکھ لیجئے۔ ایک پاؤ پھولوں کیلئے آدھا پاؤ تیل کافی ہے۔ پانی خشک ہونے پر یہ پچاس گرام رہ جائے گا۔ رات کو سوتے وقت یہ لگائیے۔ آپ کو اپنی عادت پر خود بھی قابو پانا ہوگا تبھی آرام آئے گا۔

دائمی قبض ہے

مجھے دائمی قبض کی شکایت ہے۔ میں دیسی گھی' دودھ' امرود سب استعمال کر چکی ہوں، کوئی فرق نہیں پڑتا۔ میری ٹانگوں میں اس قدر درد ہوتا ہے کہ چل پھر نہیں سکتی۔ آپ اس کی دوا بتائیے۔ میرے والد سل کے مریض ہیں۔ جب وہ سو کر اٹھتے ہیں تو ان کی ایڑیوں میں درد ہوتا ہے۔ پاؤں زمین پر نہیں لگتے۔ ڈاکٹروں کی دوا سے کوئی آرام نہیں آیا۔ (روبی' ساہیوال)

جواب: دائمی قبض کیلئے آپ تازہ سبزیاں پکی اور کچی کھائیے۔ بغیر چھنے آٹے کی روٹی کھائیے۔ آلو بخارا کے موسم میں صبح نہار منہ اس کا ناشتہ کیجئے۔ مغرب کے وقت کھانا کھائیے اور رات دس بجے کے بعد ایک چمچ زیتون کا تیل دودھ میں ملا کر پیجئے۔ اس کے بعد اور کچھ نہیں کھانا۔ آج کل بند گوبھی مل جاتی ہے۔ گوشت میں یا سادہ گوبھی کی بھجیا بنا کر کھائیے۔ بند گوبھی کے پتے سلاد میں شامل کر سکتی ہیں۔ دوا کی بجائے آپ غذا اور پھلوں پر زور دیجئے۔ ہری سبزیاں آپ کیلئے مفید ہیں۔ ہرڑ کا مربہ مل جائے تو قبض کیلئے وہ بھی مفید ہے' منقیٰ کے بیج نکال کر 20 دانے آدھ پیالی پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح اٹھ کر کھائیے۔ اس سے بھی دیرینہ قبض کی شکایت دور ہوتی ہے۔ والد صاحب کیلئے میرا مشورہ تو یہ ہے کہ آپ ساہیوال میں کسی اچھے ڈاکٹر کو دکھا کر دوا لیجئے۔ ان کی علامت ایسی ہے کہ وہ دوا سے ٹھیک ہو سکتے ہیں۔ پانی زیادہ سے زیادہ آپ بھی پیجئے اور والد صاحب کو بھی پلائیے۔ اس سے فائدہ ہوگا۔ یورک ایسڈ کی وجہ سے بھی یہ درد ہو جاتا ہے۔

نرینہ اولاد

میری زمین گاؤں میں ہے اور ایک نوجوان میری کبھی کبھی مدد کرتا تھا۔ اس کی تین بیٹیاں تھیں، بیٹا کوئی نہیں تھا۔ میں نے اس سے پوچھا کہ آپ کا پیشہ کاشتکاری ہے۔ بیٹیاں جوان ہو کر اپنے گھر چلی جائیں گی تیرا بیٹا نہیں تو کام میں کون مدد کریگا۔ اس نے کہا کہ یہ معاملہ اللہ کے ہاتھ میں ہے کیا کر سکتا ہوں۔

(محمد ایوب ڈھیری حسن آباد، راولپنڈی)

ہر والدین کی ہمیشہ خواہش رہی ہے کہ ان کے ہاں اولاد نرینہ ہوتا کہ وہ بڑھاپے کا سہارا بن سکے اور جائیداد کا وارث بن سکے مگر کچھ انسانوں کے ہاں 7/5 لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں لڑکا پیدا نہیں ہوتا، یہ ایک بہت بڑا مسئلہ ہے۔ آج پاکستان اور دوسرے کئی ممالک میں عورتوں کی تعداد مردوں سے زیادہ ہے کیونکہ ہمارا طرزِ زندگی بہت بدل چکا ہے۔

اس انسانی مسئلہ پر 1960ء میں ایک امریکی ڈاکٹر شٹل نے تحقیق شروع کی۔ وہ بھی اس وجہ سے کہ ایک عورت اس کے کلینک میں آئی اور کہا کہ میرے تین لڑکے ہیں، میں چاہتی ہوں کہ میری ایک لڑکی ہو۔ ڈاکٹر نے کہا کہ اللہ میاں کے اختیار میں ہے۔ میں اس سلسلے میں تمہاری مدد نہیں کر سکتا۔ عورت نے بڑے غصے سے کہا کہ آپ کافی عرصہ سے ڈاکٹری کر رہے ہیں آپ کو یہ پتہ نہیں کہ لڑکا/لڑکی کی پیدائش کس طرح ہوتی ہے؟ عورت چلی گئی اور ڈاکٹر اس کا منہ دیکھتا رہا۔ ڈاکٹر نے غصے میں آ کر کلینک بند کر دیا اور اس مسئلہ پر 20 سال تحقیق کی اور 90 فیصد کامیاب رہا۔ اس نے دنیا کے ڈاکٹروں کو مفت تربیت دی۔ میری زمین گاؤں میں ہے اور ایک نوجوان جس کی عمر 30 سال ہے، میری کبھی کبھی مدد کرتا تھا۔ اس کی تین بیٹیاں تھیں بیٹا کوئی نہیں تھا۔ میں نے اس سے پوچھا کہ آپ کا پیشہ کاشتکاری ہے۔ بیٹیاں نوجوان ہو کر اپنے گھر چلی جائیں گی۔ تیرا بیٹا نہیں تو کام میں کون مدد کریگا۔ اس نے کہا کہ یہ معاملہ اللہ کے ہاتھ میں ہے کیا کر سکتا ہوں۔ میں نے ڈاکٹر شٹل کے اصولوں کے مطابق اسے مشورہ دیا کہ وہ مٹھی بھر کالے چنے ایک کپ ابلے ہوئے دودھ میں رات کو بھگو کر رکھ دیں اور صبح کو یہ نہار منہ چنے کھا لے اور دودھ پی لے۔ دو ماہ تک اپنی بیوی کے پاس نہ جائے۔ اس نے مشورہ پر پورا عمل کیا اور اپنی بوڑھی پھوپھی کو کمرے میں سونے کیلئے لے آیا تا کہ مکمل پرہیز ہو سکے۔ سال کے بعد میں گاؤں گیا وہ بڑا خوش تھا، اس کے ہاں لڑکا پیدا ہوا تھا پھر اس نے اسی مشورہ پر عمل کیا تو خدا نے اسے تین بیٹے دیئے بعد میں کوئی بیٹی نہ ہوئی۔ ڈاکٹر شٹل نے دو مختلف دوائیاں بھی تحریر کیں مگر ان کا کہنا تھا کہ نر سپرم پرہیز سے مضبوط اور توانا ہوتے ہیں۔ چنے کھانے سے سپرم بہت زیادہ پیدا ہوتے ہیں۔ کچھ مردوں نے اس کی تصدیق لیباٹری سے کروائی ہے۔ میں نے تجربہ 4 آدمیوں پر آزمایا ہے، 4 میں سے 3 کامیاب ہوئے، ایک ناکام۔ آپ کی اطلاع کیلئے سپرم 45 دن میں جوان ہوتے ہیں۔ یہ انسانی مسئلہ اتنا گہرا ہے کہ ایک دفعہ ایک بوڑھے حکیم صاحب فیصل آباد سے تشریف لائے، کہنے لگے کہ میری 3 بیٹیاں ہیں جو شادی شدہ ہیں۔ ان سب کے ہاں بیٹیاں پیدا ہو رہی ہیں، میں بہت پریشان ہوں، خدا کرے کہ ان کا مسئلہ حل ہو جائے۔ جب کسی شادی شدہ مرد کی پہلی اولاد بیٹی ہو تو اسے مادہ حیات کو بہتر بنانے کی کوشش کرنی چاہیے۔ پہلے پرہیز لازمی کرے اور خوراک دودھ، دہی، مکھن اصلی اور اپنی خوراک میں دیسی انڈا، مونگ پھلی (15 دانے) اخروٹ (3 عدد) مٹر، دال ماش استعمال کریں۔ گوشت اور مصالحہ بہت کم۔ گرم غذا سے احتلام کا خطرہ رہتا ہے۔ ہمارا طرز زندگی بدلنے سے یہ مسئلہ پیدا ہوا ہے ورنہ قیام پاکستان سے پہلے یہ نہ تھا، گھر کا کنبہ ایک کمرے میں اکٹھے سوتے تھے اور غذا دودھ لسی تھی، گوشت کم کھایا جاتا تھا۔ بہت سے لوگوں کا بھلا بھی ہوگا ان شاء اللہ۔

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کُتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہو گئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی:** کمانڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سٹلائیٹ ٹاؤن 0334-6307057۔ **حاصل پور:** گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** النور نیوز ایجنسی، 066-2413121۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس 0632-508841۔ **شورکوٹ کینٹ:** عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578۔ **بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0622-73194۔ **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **اٹک:** نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب الواحد بیسٹی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول اسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515 **منڈی بہاؤ الدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0302-8674075۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0546-504847۔ **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیا شہید چوک ظفروال۔ **گلگت:** نارتھ نیوز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ۔ **شمالی علاقہ جات:** جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ گاہکوچ۔ غذر شمالی علاقہ جات۔ **ہنزہ:** ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ **سکردو:** سووے نکس اسٹور۔ لنک روڈ سکردو، بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300,6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480 **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

سکتہ کے خاتمے کیلئے: ہینگ لیں اور اسے عرق سونف میں ڈال کر پیس لیں۔ مریض کو یہ سنگھانے سے سکتہ دور ہو جاتا ہے۔

اولیائے کے مستند وظائف وعملیات

حضرت مولانا محمد رمضان صاحب رحمۃ اللہ علیہ بوڑیوی

عاشق الٰہی صاحب قدس سرہ

21 دانہ گندم لیں۔ ہرایک دانہ پر ایک ایک بار سورۃ فاتحہ دم کر کے ان دانوں کو دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ اگر دودھ پھٹ جائے تو اس عورت پر کارگر نہ ہوگا اور اگر نہ پھٹا تو اس دودھ پر 360 مرتبہ سورۃ فاتحہ دم کر کے اور 11 روز تک عورت اور مرد کو پلائیں یہ عمل اولاد کیلئے ہے۔

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں۔

خواص سورۃ فاتحہ: (1) سورۃ فاتحہ میں سوائے موت کے ہر مرض کیلئے شفاء ہے۔

(2) جو شخص فرائض عشاء اور وتروں کے درمیان سورۃ فاتحہ 260 مرتبہ 260 روز تک پڑھے گا، اگر پڑھنے والا فقیر ہوگا تو مالدار ہو جائے گا۔

(3) اگر سورۃ فاتحہ 100 مرتبہ روزانہ پڑھا کریں تو ہر بلا سے امن میں رہیں اور دشمن مغلوب و مقہور ہو جائے گا۔

(4) جس شخص کو تیہیئہ بخار آرہا ہو، ایک روئی کے پھایہ پر سات مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے مریض کے بائیں کان میں رکھ دیں، بخار جاتا رہے گا۔

(5) اگر کسی کو سانپ نے کاٹ لیا ہو تو دودھ پر 7 بار یا 21 بار سورۃ فاتحہ دم کر کے تھوڑا سا لہسن پیس کر ملا دیں اور مریض کو پلائیں۔ شفا پائے گا۔

(6) اگر کسی کا لڑکا بھاگ گیا ہو اور اس قفل کو ایک کوری ہانڈی میں رکھ کر تقریباً ایک سیر پانی ڈال کر چولہے پر رکھ کر آگ جلائیں اور گیارہ بار سورۃ یٰسین پڑھ کر دم کریں۔ انشاء اللہ لڑکا شام تک واپس آجائے گا۔

7-21 دانہ گندم لیں ہر ایک دانہ پر ایک ایک بار سورۃ فاتحہ دم کر کے ان دانوں کو دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ اگر دودھ پھٹ جائے تو اس عورت پر کارگر نہ ہوگا اور اگر نہ پھٹا تو اس دودھ پر 360 مرتبہ سورۃ فاتحہ دم کر کے اور 11 روز تک عورت اور مرد کو پلائیں یہ عمل اولاد کیلئے ہے۔

آیت کریمہ پڑھنے کی ترکیب: رات کو ایک پیالہ پانی سے بھر کر مصلی پر رکھ لیں اور 360 مرتبہ آیت کریمہ پڑھنا شروع کریں جب ایک تسبیح پوری ہو جائے تو اس تسبیح کو پانی میں بھگو کر اپنے چہرہ اور بدن پر پھیریں یہی عمل 40 روز تک پڑھیں دوسری ترکیب میں نیت حصول مطلب 12 ہزار مرتبہ روزانہ 40 روز تک آیت کریمہ پڑھیں۔ اگر 12 ہزار مرتبہ نہ پڑھ سکیں تو 12 سو مرتبہ ضرور پڑھیں۔

سورۃ مزمل پڑھنے کی ترکیب: پہلے 21 مرتبہ یہ درود پڑھیں: ” **اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَ عَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ بِعَدَدِ الْمُزَّمِّلُ وَالْخَصَائِصُ** “ اس کے بعد یہ دعا ایک بار پڑھیں: ” **یَاحَنَّانُ اَنْتَ الَّذِیْ وَسِعْتَ کُلَّ شَیْءٍ رَّحْمَۃً وَّ عِلْمًا یَا حَنَّان** “ اس کے بعد سورۃ مزمل 41 بار پڑھیں اور آخر میں 100 مرتبہ یہ دعا پڑھیں: ” **اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ اَنْ تَسْخِرَ لِیَ خُدَّامَ ھٰذِہِ السُّوْرَۃِ الشَّرِیْفَۃِ بِحَقِّ لَااِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ** “ اس کے بعد درود شریف پڑھ کر اللہ سے دعا مانگیں۔ یہ عمل 40 روز کا ہے۔

سورۃ مزمل پڑھنے کی دوسری ترکیب: سورۃ مزمل ہر روز تین مرتبہ بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء 3 مرتبہ اس ترکیب سے پڑھیں کہ جب اس آیت پر پہنچیں **رَبُّ الْمُشْرِقِ وَ الْمَغْرِبِ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ فَاتَّخِذْہُ وَکِیْلًا۔** تو اس آیت کو تین مرتبہ پڑھیں۔ اس کے بعد **حَسْبُنَا اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْلُ** 450 بار پڑھ کر سورۃ مذکورہ تمام کریں اور سجدہ میں دعا مانگیں۔

تنویر قلب: جو شخص آیت **حَسْبُنَا اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْلُ** کثرت سے پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کے دل کو منور کر دے گا۔ تمام پوشیدہ چیزیں ظاہر ہونے لگیں گی۔ تمام مکروہات سے امن میں رہے گا۔ تمام موذی جانوروں کی گزند سے محفوظ رہے گا۔ جادو اس پر اثر نہ کریگا۔

دشمن، حاسد اور مفسد کے شر سے محفوظ رہنے کیلئے:

سیسہ کے ایک ٹکڑے پر کندہ کر کے انگوٹھی کے نگینہ کے نیچے رکھ کر ہاتھ میں پہنیں۔ کسی شخص کی طاقت نہ ہوگی کہ اس کے سامنے یا پس غیب اس کو برا بھلا کہہ سکے، وہ آیت یہ ہے:

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ.

معرفتِ حق

صراطِ مستقیم پر چلنے انعام یافتہ لوگوں کی صف میں شریک ہونے اور اللہ تعالیٰ کی معرفت حاصل کرنے کے لیے تہجد کے نفلوں کے بعد اول وآخر درود شریف کے ساتھ **”یَاھَادِیُ“** پڑھ کر مراقبہ کیا جائے۔ (بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

خیر و برکت کیلئے **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ○ ذٰلِکَ فَضْلُ اللّٰہِ یُؤْتِیْہِ مَنْ یَّشَآءُ ط وَاللّٰہُ ذُوالْفَضْلِ الْعَظِیْمِ** ۔“ (سورۃ جمعہ آیت نمبر 4) جمعہ کے دن لکھ کر صندوق یا مال خزانہ میں رکھیں، حق تعالیٰ غیب سے برکت عطا فرمائے گا۔

☆ اگر کسی کھانے پینے کی چیز سے نقصان یا ضرر کا اندیشہ ہو، سورۃ قریش پڑھ کر کھالیں۔ انشاء اللہ مضر ثابت نہ ہوگی۔

☆ دیو پری کے دفعیہ کیلئے مریض کو سامنے بٹھا کر سورۃ الطارق 3 مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ ☆ جس گھر میں آسیب کا عمل دخل ہو سورۃ مزمل گیارہ بار پانی پر پڑھ کر وہ پانی گھر کے چاروں کونوں میں ڈال دیں۔ آسیب بھاگ جائے گا۔

☆ سورۃ الناس کی تلاوت سے بھی آسیب شیاطین بھاگ جاتے ہیں۔ جن اور پری کے دفعیہ کیلئے سورۃ جن 7 مرتبہ دم کریں۔

☆ اگر مرد یا عورت پر دیو کا اثر ہو تو سورۃ حجرات لکھ کر مریض کے دائیں ہاتھ پر باندھیں۔ اگر مکان کی دیوار پر سورۃ حجرات لکھ کر لٹکا دیں۔ دیو اور جن اس گھر میں داخل نہ ہو سکے گا۔

3 بار آیت الکرسی اور 3،3 بار چاروں قل اور 41 بار **یَاحَفِیْظُ تَحَفَّظْتُ بِالْحِفْظِ وَ احْفَظْ فِیْ حِفْظِکَ یَاحَفِیْظُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے تمام جسم پر ملیں۔ جنات، شیاطین اور ہر قسم کے آسیب سے حفاظت کیلئے بہترین حصار ہے۔

”ال م ص ر ک ہ ی ع ط ص ح ق۔ یہ 14 نورانی حروف ہیں لکھ کر پاس رکھنے والا حرق، غرق، سرق اور ہر بدی سے محفوظ رہے گا۔ اگر **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** پانی پر دم کر کے بخار کے مریض کو پلائیں، صحت یاب ہوگا۔

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

چیز کو مفت دے کر واپس لینے والا ایسا ہے جیسا اپنی قے کو کھانے والا

بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی

ہائیڈل برگ کا ایک پانچ سالہ بچہ جس کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں، ایک سکول میں پڑھتا ہے وہ بڑا ذہین طالب علم ہے اور سب استاد اس کی تعریف کرتے ہیں۔ سکول کے دوسرے بچوں کے مقابلے میں وہ زیادہ دشواری محسوس نہیں کرتا۔ (محمد اعظم)

میز پر ڈیڑھ دو سال کی ایک ننھی منی بچی لیٹی تھی۔ اس کے دونوں بازو غائب تھے۔ ڈاکٹر ایک عجیب وغریب مشین اس کے بازوؤں کے ٹنڈ پر چڑھا رہا تھا۔ یہ مشین دو مصنوعی بازو تھے جو بٹن دبانے سے کام کرتے تھے۔ اچانک بچی رونے لگی۔ ڈاکٹر نے بٹن دبایا۔ مصنوعی بازو اٹھے اور بچی کے پیٹ پر رکھے ہوئے کھلونے کو اٹھالیا۔ بچی کی پتلیاں حیرت سے پھیل گئیں۔ وہ بڑی دلچسپی سے اپنے نئے بازو دیکھنے لگی۔

آیئے ہم آپ کو بتائیں کہ مصنوعی بازوؤں کی ضرورت کیوں پیش آئی۔ آج سے چند سال قبل جب تھالیڈومائڈ کیمیائی مرکب مختلف ناموں سے بازار میں آیا تو لوگوں نے اسے ہاتھوں ہاتھ لیا۔ تھالیڈومائڈ کی تمام ادویات عورتوں کے مخصوص امراض کے لیے تیار کی گئی تھیں۔ اس وقت کسی کے وہم وگمان میں بھی نہ تھا کہ یہ ادویات آگے چل کر بنی نوع انسان کے لیے ایک ایسا مسئلہ پیدا کردیں گی جس کا حل انسانی طاقت سے باہر ہوگا۔ جلد ہی تھالیڈومائڈ کے نقصانات ظاہر ہونے لگے۔ حمل کے دوران میں جس خاتون نے بھی یہ دوائیں استعمال کیں، اس کے ہاں نامکمل اعضا والا بچہ پیدا ہوا۔ کسی کے کان دکھائی نہیں دیتے، تو کسی کی ناک نامکمل، بعض بچوں کا صرف ایک ہاتھ اور ایک ٹانگ تھی۔ یہ بچے پیدا ہوتے رہے لیکن کسی نے تھالیڈومائڈ کو ذمہ دار نہیں ٹھہرایا۔ صرف جرمنی میں تین سال کے اندر پانچ ہزار سے زائد نامکمل اعضاء والے بچے پیدا ہوئے۔ اس روز افزوں تعداد سے یورپ میں خوف و دہشت کی ایک لہر دوڑ گئی۔ وہمی اور کمزور عقیدہ لوگوں کا خیال تھا کہ بنی نوع انسان پر کوئی آسمانی آفت نازل ہوئی ہے اور یہ بچے اصل میں والدین کے گناہوں کی پاداش ہیں۔ لیکن ماہرین طب اس خیال سے متفق نہ تھے۔ تحقیقات شروع ہوئیں اور سب سے پہلے جرمنی کے چند ڈاکٹر اس نتیجے پر پہنچے کہ یہ سب کچھ تھالیڈومائڈ استعمال کرنے کا نتیجہ ہے۔ اس دوران میں قسم قسم کے بچے دیکھنے میں آئے۔ بعض بچوں کی انگلیاں شانوں سے جڑی ہوئی تھیں۔ بعض کے ہاتھوں میں صرف ایک ایک انگلی تھی۔ بعض کے پاؤں میں دو سے لے کر چار تک انگلیاں تھیں۔ کچھ بدقسمت ایسے بھی تھے، جن کے بازو تھے، نہ ٹانگیں بے چارے گوشت کا ایک لوتھڑا معلوم ہوتے تھے۔ جرمن ڈاکٹروں نے بہت شور مچایا لیکن کسی نے ان کی ایک نہ سنی۔ تھالیڈومائڈ تیار کرنے والی فرمیں یہ ماننے پر ہرگز تیار نہ تھیں کہ ان کی ادویات اس درجہ مہلک ثابت ہوسکتی ہیں۔ آخر جرمنی کی طبی کونسل نے حکومت سے مدد کی درخواست کی، حکومت کے توسط سے یہ فرمیں اس بات پر رضامند ہوگئیں کہ وہ جلد سے جلد بازار میں موجود اپنی مصنوعات واپس منگوالیں گی۔ لیکن ادویات واپس منگوانے کا کام کئی ماہ میں پورا ہوا۔ اس دوران میں اخباروں اور ریڈیو سے متعدد بار اعلان کیا گیا کہ عوام تھالیڈومائڈ کے استعمال سے گریز کریں لیکن تھالیڈومائڈ ادویات دور دور تک پھیل چکی تھیں۔ جرمنی، انگلستان، کینیڈا، ریاست ہائے متحدہ امریکہ، پرتگال، سوئیزرلینڈ، آسٹریلیا، اور جاپان کے بازاروں میں یہ دوائیں دھڑا دھڑ بک رہی تھیں۔ آہستہ آہستہ تھالیڈومائڈ کے نقصانات ہر خاص وعام پر واضح ہوگئے۔ لیکن جو خواتین یہ دوائیں استعمال کر چکی تھیں، ان کے ہاں نامکمل اعضا والے بچوں کی پیدائش روکنا انسانی طاقت سے باہر تھا، چنانچہ ان تمام ملکوں میں ایسے بہت سے بچے پیدا ہوئے۔ ماؤں نے اپنے جگر گوشوں کو اس حال میں دیکھا تو خوف اور افسوس کے ملے جلے جذبات سے وہ سکتے میں آگئیں۔ بہت سی ماؤں نے اس غم سے خودکشی کرلی۔ کئی عورتوں نے اپنے بچوں کو قتل کرنے کی کوشش بھی کی۔ لیکن آہستہ آہستہ انہیں صبر آہی گیا۔ آخر یہ بچے ان کا خون تھے۔ ان کے ننھے منے سینوں میں دھڑکنے والے دل ان کے اپنے دلوں کا ایک حصہ تھے۔ جدید سائنس ان ننھے منے بچوں کے مرض کی ذمہ دار تھی۔ سائنس دانوں نے مقدور بھر کوشش کی کہ اس مسئلے کا کوئی حل دریافت کیا جائے چنانچہ مصنوعی اعضاء تیار کیے گئے۔ ان اعضاء میں بازو اور ٹانگیں قابل ذکر ہیں۔ یہ اعضاء جنگ عظیم کے بعد ایک جرمن فوجی ڈاکٹر گوبز کوہن نے ایجاد کیے تھے۔ بعد میں تھالیڈومائڈ سے پیدا ہونے والے ناقص الاعضاء بچوں کے لیے استعمال کیے جانے لگے۔ یہاں جرمن ڈاکٹروں کی ان تحقیقات کا ذکر بے جا نہ ہوگا جو انہوں نے تھالیڈومائڈ کے استعمال سے رحم مادر میں بچے پر مرتب ہونے والے اثرات کے بارے میں کی ہیں۔ ڈاکٹروں کا خیال ہے کہ حاملہ خاتون اگر انتالیس سے لے کر اکتالیسویں دن کے دوران تھالیڈومائڈ استعمال کرے تو نومولود کے ہاتھ غائب ہوں گے۔ اکتالیسویں دن سے چوالیسویں دن کے دوران میں یہ دوائیں استعمال کی جائیں تو بچے کی دونوں ٹانگیں ندارد ہوں گی۔ پنتالیسویں دن تھالیڈومائڈ کھانے سے نومولود کے کان نہیں بن سکیں گے۔

ماہرین طب کی ایک بڑی تعداد اس بات پر متفق ہے کہ حاملہ عورتوں کو نئی دوائیں ہرگز استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔ اگر ممکن ہو تو انہیں ہر قسم کی دواؤں سے پرہیز کرنا چاہیے۔ بعض ایسی جرمن خواتین نے جن کے ہاں ناقص الاعضاء بچے ہوئے، وضع حمل سے قبل سولہ سے لے کر بیس تک مختلف قسم کی دوائیں کھائی تھیں۔ ان دواؤں میں خواب آور گولیاں، ٹانک، پیٹ اور سر کے درد کو کم کرنے والی گولیاں شامل تھیں۔ بعض بظاہر بے ضرر اور عام قسم کی دواؤں میں بھی ایسے مضر اجزا ہوتے ہیں، جو رحم مادر میں موجود بچے کی نشوونما پر برا اثر ڈالتے ہیں، بے تحاشا دوائیں کھانا بھی نقصان دہ ہے۔

مصنوعی ہاتھ پاؤں ایک سال کی عمر میں نامکمل اعضا والے بچوں کو لگائے جاتے ہیں۔ والدین کو ہدایت کردی جاتی ہے کہ یہ اعضاء ہر وقت بچوں کے ساتھ رہیں تاکہ وہ ان کے عادی ہوجائیں۔ یہ اعضاء دو طرح کے ہیں، پہلی قسم کے اعضاء بڑی بیٹری کے سیل سے چلتے ہیں، دوسری قسم کاربن ڈائی آکسائیڈ سے کام کرتی ہے۔ کاربن ڈائی آکسائیڈ ایک لمبی ٹیوب میں بھری ہوتی ہے۔ ہر تیسرے چوتھے روز اس ٹیوب کو بدلنا پڑتا ہے۔ مصنوعی ٹانگوں کی مدد سے یہ بچے آہستہ آہستہ چل پھر سکتے ہیں۔ مصنوعی ہاتھوں سے چیزیں پکڑ سکتے ہیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

حصول غنا و کشائش: ہر نماز کے بعد سورۃ الم نشرح 3 بار الحمد شریف ایک بار سورۃ القدر گیارہ بار پڑھیں۔

مولانا سعید احمد خانؒ کی باتیں

سنت پر عمل سے دنیا و آخرت کی کامیابی کا راز

آپ بہت زیادہ سخاوت کرنے والے تھے۔ دستر خوان پر چھوٹا، بڑا گوشت، لسی اور ہر قسم کے لوازمات مدینہ طیبہ میں آنے والے مہانوں کے لیے مہیا فرماتے۔ لیکن خود بچی ہوئی ہڈیوں میں کدو ڈال کر تناول فرماتے۔ (محمد عثمان غنی۔ جوہر آباد)

حضرت مولانا سعید احمد خانؒ جید اور برگزیدہ بزرگ تھے۔ چند سال قبل آپؒ نے مدینۃ الرسول ﷺ میں وفات پائی اور جنت البقیع میں محو استراحت ہیں۔ آپؒ سنت نبوی ﷺ پر سو فیصد عمل کرنے والے تھے۔ بطور ترغیب چند باتیں عرض کرتا ہوں ہوسکتا ہے کہ کوئی قاری ان قیمتی باتوں سے ترغیب پا کر سنت نبوی ﷺ پر عمل کرنے والا بن جائے جو کہ دنیا و آخرت کی کامیابی کا راز ہے۔

حضرت مولانا یوسفؒ نے مشورہ کیا کہ مدینہ طیبہ میں کس کو بھیجا جائے تاکہ وہاں پر دعوت الی اللہ کا کام کرنے والوں کی رہنمائی کر سکے تو مشورہ میں کوئی بات واضح نہ ہوسکی۔ آپؒ نے استخارہ فرمایا خواب میں آپ ﷺ کی زیارت ہوئی، آپ ﷺ نے فرمایا کہ مولانا سعید احمد خان کو بھیج دو وہ سنت پر بہت زیادہ عمل کرنے والے ہیں۔ چنانچہ مولانا کو مدینہ طیبہ بھیج دیا گیا۔ آپؒ جب مدینہ طیبہ میں داخل ہوتے تو یہ اشعار پڑھتے۔

محمد ﷺ کا روضہ قریب آرہا ہے
بلندی پہ اپنا نصیب آرہا ہے
جاکر یہ خبر دو فرشتو!
کہ خادم تمہارا سعید آرہا ہے

آپؒ بہت زیادہ سخاوت کرنے والے تھے۔ دستر خوان پر چھوٹا بڑا گوشت، لسی اور ہر قسم کے لوازمات مدینہ طیبہ میں آنے والے مہمانوں کیلئے مہیا فرماتے۔ لیکن خود بچی ہوئی ہڈیوں میں کدو ڈال کر تناول فرماتے۔ آپؒ نے چھوٹا سا چمڑے کا ایک دستر خوان رکھا ہوا تھا۔ کھانا ہمیشہ دستر خوان پر ہی کھاتے۔ سخاوت میں آپ ﷺ کی سنت پر عمل کرنے والے تھے۔ حج کے ایک موقع پر فرمایا کہ ہر ساتھی کو دیسی گھی ½ کلو کا ایک پیکٹ دو۔ چنانچہ ایک بہت بڑا کنٹینر تقسیم کیا گیا۔

حضرت مولانا طارق جمیل صاحب نے حضرت مولانا کی خدمت کی اور عرض کیا کہ دینی علوم میں کمزور ہوں کچھ ارشاد فرمائیں۔ آپؒ نے فرمایا کہ پوری زندگی میں دو باتوں پر سختی سے کاربند ہو جاؤ، اللہ تعالیٰ علوم سے نوازیں گے۔ فرمایا کہ اوّل نگاہ کی حفاظت کرو اور کبھی بھی کسی غیر محرم پر نظر نہ ڈالو۔ دوسرا فرمایا کہ روزانہ ایک حدیث آپ ﷺ کی زبانی یاد کیا کرو۔

مولانا ان دونوں باتوں پر سختی سے عمل پیرا ہیں اور فرمایا کہ زیادہ کتابیں پڑھنے کی کوئی ضرورت نہیں۔

چلاس (گلگت) کے ایک عالم حاضر خدمت ہوئے، ان کی بہت خاطر مدارت کی اور فرمایا کہ جب پاکستان جانا ہوا، آپ کے ہاں ضرور حاضری دوں گا۔ بعد از مجلس ایک ساتھی نے عرض کیا کہ حضرت یہ کیا بات ہے کہ آپ از خود وہاں حاضری کے مشتاق ہیں۔ فرمایا کہ یہ ایسی جگہ ہے جہاں پر شرک نہیں ہے۔ بعد تحقیق یہ بات سو فیصد درست ثابت ہوئی کہ پورے چلاس میں کہیں بھی شرک کی بو محسوس نہ ہوئی۔ مولانا فرماتے کہ غیر عرب چڑھتا ہوا اور عرب گرتا ہوا بھی (عمل کے اعتبار سے) ہمارے چڑھتے ہوئے سے بہتر ہے کیونکہ ان میں شرک نہیں ہے۔

علامہ خاویؒ نے ایک حدیث نبوی ﷺ میں حضور اقدس ﷺ کا ارشاد نقل کیا ہے کہ تین آدمی قیامت کے دن اللہ کے عرش کے سایہ میں ہوں گے جس دن اس کے سایہ کے علاوہ کسی چیز کا سایہ نہ ہوگا۔ ایک وہ شخص جو مصیبت زدہ کی مصیبت ہٹائے، دوسرا وہ جو میری سنت کو زیادہ کرے، تیسرا وہ جو میرے اوپر کثرت سے درود بھیجے۔

بزرگوں کی نورانی باتیں اگر لکھنا شروع کر دی جائیں تو کئی دفتر درکار ہیں۔ عقلمند کیلئے اشارہ ہی کافی ہوتا ہے۔ حقیقت محمدی ﷺ بہت بڑی چیز ہے۔ آپ ﷺ کے مرتبہ و مقام، اللہ تعالیٰ کے ساتھ آپ ﷺ کا تعلق اور اللہ تعالیٰ کا آپ ﷺ سے تعلق۔ آپ ﷺ کا امام الانبیاء ہونا، عرش کی سیر کر کے آنا.......... آج ہی سے روزانہ ایک سنت اپنانا شروع کیجئے۔ محبت و معرفت اور تعلق باللہ کے مزے لیجئے!

(بقیہ: ذیعقد امن کا مہینہ)

ایک دن کے روزے کا ثواب: حدیث شریف میں ہے جو شخص ذیقعد کے مہینہ میں ایک دن روزہ رکھتا ہے تو اللہ کریم اس کے واسطے ہر ساعت میں ایک مقبول حج اور ایک غلام آزاد کرنے کا ثواب لکھنے کا حکم دیتا ہے۔ (فضائل شہور)

ایک حدیث مبارک میں ہے کہ (اس مہینہ کے اندر ایک ساعت کی عبادت ہزار سال کی عبادت سے بہتر ہے) اور فرمایا کہ اس مہینہ میں پیر کے دن روزہ رکھنا ہزار برس کی عبادت سے بہتر ہے۔ (فضائل شہور)

گھبراہٹ اور ڈر کی وجہ سے نیند کا نہ آنا

حضرت خالد بن ولیدؓ کو گھبراہٹ کی وجہ سے نیند نہ آنے کی شکایت تھی۔ انہوں نے اس تکلیف کا ذکر آنحضرت ﷺ سے کیا۔ آنحضرت ﷺ نے ایک دعا حضرت خالد بن ولیدؓ کو فرمائی، جو کہ درج ہے۔

مجھے تقریباً دو سال سے یہ تکلیف تھی۔ گرمیوں میں ظہر کی نماز کے بعد جب سونے کے لیے لیٹتا تو گھبراہٹ کی وجہ سے نیند اُڑ جاتی۔ پندرہ منٹ یا آدھے گھنٹے کی نیند ہوتی۔ میں اس وجہ سے پریشان تھا، اسی دوران میں نے یہ دعا پڑھنی شروع کر دی۔

اَللّٰھُمَّ رَبَّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَمَا اَظَلَّتْ وَرَبَّ الْاَرْضِیْنَ وَمَا اَقَلَّتْ وَرَبَّ الشَّیَاطِیْنِ وَمَا اَضَلَّتْ کُنْ لِیْ جَارًا مِّنْ شَرِّ خَلْقِکَ اَجْمَعِیْنَ اَنْ یَّفْرُطَ عَلَیَّ اَحَدٌ مِّنْھُمْ اَوْاَنْ یَّطْغٰی عَزَّ جَارُکَ (وَتَبَارَکَ اسْمُکَ) وَجَلَّ ثَنَاؤُکَ وَلَا اِلٰہَ غَیْرُکَ لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ

جب سے اس دعا کر پڑھنا شروع کیا ہے، ڈیڑھ سے دو گھنٹے کی میٹھی نیند کر لیتا ہوں۔ دعا پڑھنے سے گھبراہٹ، بالکل ختم ہو جاتی ہے۔ اتنی مؤثر دعا ہے کہ عقل حیران ہے۔ اگر آپ کو بھی گھبراہٹ اور ڈر کی وجہ سے نیند نہ آنے کی شکایت ہے تو اس نبوی ﷺ نسخے کو استعمال کریں اور میٹھی نیند کے مزے لوٹیں۔

(اظہر عنایت شاہ۔ کوہاٹ)

نزلہ زکام کیلئے: ایک بڑا چمچہ شہد ایک گلاس پانی میں ملا لیجئے پھر ایک چمچہ ادرک کا رس ملا دیجئے۔ دن میں تین، چار مرتبہ لیں۔

چھ سورتوں کا روحانی پیکیج

جادواور بندش کے مارے لوگوں نے یہ عمل کیایاان کی طرف سے نیت کر کے ان کے مخلص اور عزیزوں نے کیاتو انتہائی فائدہ ہوا۔ اتنافائدہ ہوا کہ انسان گمان نہیں کرسکتا۔ لڑکیوں میں شادی کی بندش، کاروباری بندش، گھریلو بندش، گھر میں جھگڑے فساد یااس کے علاوہ کوئی بھی جادوئی مسئلہ ہواس کے لیے نہایت موثر ہے۔

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کرلاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ایک ذاتی نشست میں دیرینہ مخلص اور محسن جناب پروفیسر حافظ تہذیب الحسن سے ملاقات ہوئی۔ موصوف انجینئرنگ یونیورسٹی لاہور میں بیسویں گریڈ میں الیکٹریکل کے پروفیسر ہیں۔ دورانِ گفتگو فرمانے لگے کہ ہمارے ایک جاننے والے صالح شخص نے مجھے ایک روحانی فارمولا بتایا کہ اگر سر کے بالوں سے لے کر پاؤں کے ناخن تک کوئی بھی درد ہو تو یہ عمل آخری شفایابی کا پیغام ہے۔ وہ عمل یہ ہے، فجر کی دو سنتیں، ظہر کی دو سنتیں، مغرب کی دو سنتیں اور عشاء کی دو سنتوں میں آخری چھ سورتیں مع تسمیہ پڑھیں۔ ترکیب یہ ہو گی، پہلی رکعت میں پہلی تین سورتیں یعنی سورۂ الکافرون، سورۂ نصر اور سورۂ لہب مع تسمیہ اور آخری رکعت میں آخری تین سورتیں یعنی سورۂ اخلاص، سورۂ فلق اور سورۂ والناس پڑھیں۔

پروفیسر صاحب کی بات سنتے ہی بندہ کو اپنے اور دوسرے احباب کے تجربات یاد آ گئے۔ وہ تجربات بیان کرنے کے بعد آپ کی ملاقات ان سے کرائیں گے، جنہوں نے محترم پروفیسر صاحب کو یہ روحانی نسخہ بتایا تھا۔ 4 نمازوں کی 2 سنتوں میں پڑھا جانے والا یہ عمل پرانی، لاعلاج اور پیچیدہ بیماریوں کے لیے ایک تریاق اور تیر بہدف عمل ہے۔ ایک صاحب ناف کی تکلیف میں مبتلا ہوئے۔ دم کرایا، ملوایا اور مالش کرائی، ساتھ ساتھ ادویات بھی استعمال کیں، لیکن فائدہ نہ ہوا۔ انہیں یہ عمل مستقل پڑھنے کو عرض کیا یعنی فجر، ظہر، مغرب اور عشاء کی دو سنتوں میں چھ سورتیں پڑھیں الغرض انہوں نے یقین، توجہ اور دھیان سے یہ عمل شروع کیا چونکہ علاج معالجہ سے عاجز اور تنگ آ چکے تھے، چند ہی دنوں میں مریض میں صحت یابی کے اثرات آنا شروع ہوئے اور بالکل تندرست ہو گئے۔

ایک صاحب دل کے آپریشن کے بعد اتنے کمزور ہو گئے کہ کروٹ بدلنا مشکل ہو گئی، یہاں تک نہیں بلکہ مرض کے بعد مرض اور مرض بڑھتا گیا، یعنی ایک مرض سے نکلے تو دوسری مرض پہلے سے منتظر تھی۔ گھر والے، دوست، احباب اور خود مریض بھی عاجز آ گیا۔ حتیٰ کہ موت کی دعا کرنے لگے۔ ان سے عرض کیا کہ آپ لیٹے ہوئے ہی نماز پڑھیں اور یہ چھ سورتوں والا عمل مستقل کریں۔ انہوں نے یہ عمل مستقل کیا اور ساتھ انہیں "**لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ**" پڑھنے کا مشورہ دیا کہ ہر پل، ہر سانس، وضو بے وضو، پاک ناپاک، "**لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ**" کا بکثرت وظیفہ پڑھیں کیونکہ یہ 99 مرضوں کا علاج ہے۔ قارئین یقین جانیے چند ہی دنوں میں مریض ایسے تندرست ہوا کہ جیسے فریب کیا ہوا تھا۔

ایک خاتون بڑے گھر کی درمیانے طبقے میں بیاہی گئی۔ خدا کا کرنا ہوا وہاں پریشان، بیمار اور ٹینشن میں مبتلا رہنے لگی۔ نفسیاتی علاج معالجے کرائے اور ادویات استعمال کرائیں گئیں۔ مریضہ تنہائی کا شکار ہو گئی یا بعض اوقات غصے اور چڑچڑاپن کے دورے پڑتے، سارا گھر پریشان۔ طرح طرح کی نفسیاتی حرکتیں کرتی، انہیں یہ عمل بتایا کہ مریضہ خود کرے ورنہ اس کی طرف سے تمام گھر والے اس کی نیت سے کریں۔ عمل شروع ہوا اور اللہ کا کرم ہوا۔ آہستہ آہستہ مریضہ بالکل تندرست ہو گئی۔

قارئین یہ چند واقعات جسمانی، نفسیاتی، ٹینشن اور ڈپریشن کے مریضوں کے آپ نے پڑھے ورنہ تو یہ عمل ٹینشن، ڈپریشن، سٹریس اور عاجز کر دینے والی نفسیاتی اور جسمانی بیماریوں کے لیے تریاق عمل ہے۔ اس دوران بے شمار تجربات ایسے مریضوں کے ہوئے جن کے ہاں بندش، رکاوٹ، نظر بد اور جادو جنات کے اثر تھے۔ چاہے ان کے گھروں میں تھے، کاروبار میں یا کسی اکیلے انسان پر تھے۔ جادو اور بندش کے مارے لوگوں نے یہ عمل کیا یا ان کی طرف سے نیت کر کے ان کے مخلص اور عزیزوں نے کیا تو انتہائی فائدہ ہوا۔ اتنا فائدہ ہوا کہ انسان گمان نہیں کر سکتا۔ لڑکیوں میں شادی کی بندش، کاروباری بندش، گھریلو بندش، گھر میں جھگڑے فساد یا اس کے علاوہ کوئی بھی جادوئی مسئلہ ہو اس کے لیے نہایت موثر ہے۔

قارئین یہ عمل تمام جسمانی امراض، پیچیدہ نفسیاتی تکالیف، ٹینشن، ڈپریشن، جادو جنات، نظر بد اور بندش کے لیے ایک عجیب الاثر عمل ہے۔ اگر میں ان مذکورہ بیماریوں سے شفایاب ہونے والوں کا تذکرہ کروں تو ایک مکمل کتاب بن سکتی ہے لیکن یقین والوں کے لیے یہی الفاظ کافی ہیں۔

اب آیئے آپ کی ملاقات (بقیہ: صفحہ نمبر 36 پر)

عمل سے کامیابی

رات کو سوتے وقت قرآنی آیت پڑھ کر سو جائے۔ انشاء اللہ خواب میں کُل حال روشن ہو جائے گا۔ کون چور ہے؟ اس کا نام کیا ہے؟

(1) اگر کسی کا مال چوری ہو گیا ہو اور کسی شخص پر شبہ ہو یا بہت سے شخصوں پر ہو تو ذیل کی آیت کا کاغذ پر لکھ کر بچھڑے کے گلے میں باندھے اور مشتبہ شخص یا اشخاص کا ہاتھ باری باری بچھڑے پر رکھائے جو چور ہو گا اس کے ہاتھ رکھنے پر بچھڑا بولے گا۔ آیت یہ ہے۔ **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ.** "**اِنَّ الَّذِيْنَ اتَّخَذُو الْعِجْلَ سَيَنَالُهُمْ غَضَبٌ مِّنْ رَّبِّهِمْ وَ ذِلَّةٌ فِي الْحَيٰوةِ الدُّنْيَا ط وَ كَذٰلِكَ نَجْزِي الْمُفْتَرِيْنَ o**" (سورۃ الاعراف آیت نمبر 152)

(2) حسن اعتقاد کے ساتھ رات کو سوتے وقت آیاتِ ذیل پڑھ کر سو جائے۔ انشاء اللہ خواب میں کل حال روشن ہو جائے گا۔ کون چور ہے؟ اس کا نام کیا ہے؟ کہاں رہتا ہے؟ کیا کام کرتا ہے؟ مال کہاں ہے؟ ملے گا یا نہیں۔ اگر سات دن تک متواتر ایسا کریگا تو چور خود بخود حاضر ہو جائیگا۔ سات دفعہ روزانہ رات کو سوتے وقت پڑھو۔

سَيَقُوْلُ لَكَ الْمُخَلَّفُوْنَ مِنَ الْاَعْرَابِ شَغَلَتْنَآ اَمْوَالُنَا وَ اَهْلُوْنَا فَاسْتَغْفِرْ لَنَا ج يَقُوْلُوْنَ بِاَلْسِنَتِهِمْ مَّا لَيْسَ فِيْ قُلُوْبِهِمْ ط قُلْ فَمَنْ يَّمْلِكُ لَكُمْ مِّنَ اللّٰهِ شَيْئًا اِنْ اَرَادَبِكُمْ ضَرًّا اَوْ اَرَادَبِكُمْ نَفْعًا ط بَلْ كَانَ اللّٰهُ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرًا o بَلْ ظَنَنْتُمْ اَنْ لَّنْ يَّنْقَلِبَ الرَّسُوْلُ وَالْمُؤْمِنُوْنَ اِلٰٓى اَهْلِيْهِمْ اَبَدًا وَّزُيِّنَ ذٰلِكَ فِيْ قُلُوْبِكُمْ وَظَنَنْتُمْ ظَنَّ السَّوْءِ ج وَ كُنْتُمْ قَوْمًا م بُوْرًا o (سورۃ فتح آیت نمبر 11، 12)

(3) یہ تصور کر کے کہ چور واپس آ کر مجھ سے معافی مانگ رہا ہے۔ ہر نماز کے بعد پانچ مرتبہ روزانہ یہ آیت پڑھو۔

وَلِلّٰهِ مُلْكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ط يَغْفِرُ لِمَنْ يَّشَآءُ وَ يُعَذِّبُ مَنْ يَّشَآءُ ط وَكَانَ اللّٰهُ غَفُوْرًا رَّحِيْمًا o (سورۃ فتح آیت نمبر 14) انشاء اللہ ایک ہفتے کے اندر اندر یا تو چور تمہارے پاس آ جائے گا یا خواب میں یا الہامی۔

(ایسے بے مثال باکمال وظائف اور عملیات کیلئے "کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات" کتاب پڑھیں)

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

اگر آپ حقیقی خوشی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو دوسروں کی خوشیوں کا خیال رکھیں۔ اپنے والدین کو خوش رکھنے کی کوشش کریں۔ بھائی کی خوشی کا خیال رکھیں اور اردگرد مستحق لوگوں کا احساس کریں۔ آپ کو بھی خوشی کا مستقل رہنے والا احساس ہوگا۔

چھپی ہوئی ممتا

میری بیٹی اپنی پھوپی سے بہت زیادہ محبت کرتی ہے۔ والد کا بھی انتظار کرتی رہتی ہے، جب آفس سے آتے ہیں تو ان کے ساتھ ہی گھومتی پھرتی ہے۔ میں نے محسوس کیا ہے وہ مجھ سے محبت نہیں کرتی۔ میں اپنی والدہ کے ہاں جاتی ہوں تو بھی وہ پھوپی کے ساتھ ہی رہتی ہے جبکہ میں بھی اس کا بہت زیادہ خیال رکھتی ہوں۔ سکول بھیجنا' ہوم ورک کروانا' کھلانا پلانا وغیرہ وغیرہ۔ میں اس پر سختی بھی کرتی ہوں کیونکہ میں اسے بگاڑنا نہیں چاہتی' تربیت کیلئے تو بہت کچھ کرنا ہوتا ہے۔ (صائمہ شکیل.....راولپنڈی)

بہت کچھ سے آپ کا کیا مطلب ہے؟ اگر سختی کا ذکر ہے تو بچے ایسے لوگوں سے دور بھاگتے ہیں جو ان کے ساتھ بداخلاقی اور غصے سے پیش آئیں۔ آپ نے بچی کی عمر نہیں لکھی' اندازہ ہو رہا ہے کہ وہ ابھی چھوٹی ہے۔ آپ کی چھپی ہوئی محبت کو سمجھ نہیں پا رہی۔ اس کا خیال ضرور رکھیں لیکن محبت کے اظہار سے گریز نہ کیجئے۔ اس سے باتیں کریں' اتنے پیار سے کہ اسے آپ کی کمی محسوس ہونے لگے، وہ پھوپی کے ساتھ اپنی محبت میں آپ کو شامل کر سکے۔ ویسے بھی آپ تو ماں ہیں' آپ کی محبت سب پر حاوی ہو کر رہے گی۔

اختلافات کی وجہ جانیے

بڑی بہن کی شادی کے پندرہ سال بعد دوسری بہن کی شادی ہوئی اور افسوس کہ فوراً بعد ہی سسرال میں جھگڑے شروع ہو گئے۔ اب بہن زیادہ وقت میکے میں رہتی ہیں۔ امی بھی پریشان ہیں۔ شاید کسی نے کوئی جادو ٹونا کروا دیا ہے کہ بہن اپنے گھر میں نہ بس سکے۔ ہماری خوشیوں سے لوگ خوش نہیں ہوتے' اس کی کیا نفسیات ہے؟ (فرح احمد.....کراچی)

جواب: لوگوں کے بارے میں بعد میں سوچنا چاہیے' پہلے اپنی خوشیوں پر خود خوش ہونے کی کوشش ضروری ہوتی ہے۔ جادو کا وہم ذہن سے نکال دیں۔ معلوم کریں کہ بہن کی سسرال میں جھگڑے ہونے کی وجہ کیا ہے؟ غیر جانبداری سے حالات اور رویوں کا تجزیہ کیجئے' اگر کہیں اپنی غلطی نظر آ رہی ہے تو اسے دور کریں۔ ایک نئے گھر میں اپنا مقام بنانے کیلئے جدوجہد تو کرنی ہوگی۔ گھر میں بہو کے آ جانے سے لڑکے کی ماں اور بہنیں ہی محسوس کر سکتی ہیں کہ ان پر توجہ بہت کم ہے یا ان کا بیٹا بدل جائے گا۔ ان حالات میں بہو کو یہ ثابت کرنا ہوتا ہے کہ اب ان کا بیٹا اور زیادہ فرمانبردار ہے اور خود بہو کو بھی ساس' نندوں کی پسند، ناپسند کا خیال رکھنا ہوتا ہے۔ اکثر گھروں میں شادی کے بعد ابتدائی دنوں میں ہی اختلافات ہوتے ہیں' بعد میں سب کچھ ٹھیک ہو جاتا ہے۔

ہنسنا بھول جاتا ہوں

مجھے بچپن ہی سے لوگوں کو مذاق میں کچھ نہ کچھ کہہ دینے کی عادت ہے۔ اب محسوس کرتا ہوں کہ وہ لوگ جو مجھے جانتے نہیں میری بات کا برا مان لیتے ہیں اور مجھے کوئی بھی بات کہنے کے بعد پچھتاوا ہوتا ہے۔ پھر میں خود بھی ہنسنا بھول جاتا ہوں۔ (اسداللہ.....کوئٹہ)

انجانے لوگوں سے بہت زیادہ بے تکلف ہونا یا ملتے ہی ہنسی مذاق شروع کر دینا مناسب نہیں۔ جو لوگ آپ کے مزاج کو نہیں جانتے وہ برا مان لیتے ہیں۔ کوئی ایسی بات نہیں کہنی چاہیے، جو کسی کی دل آزاری کر دے کیونکہ انہی باتوں سے بعد میں تکلیف ہوتی ہے، جو لوگ اپنی خامیوں کو تسلیم کر لیتے ہیں' ان کیلئے اپنی اصلاح آسان ہوتی ہے۔

خوشی کا احساس

ہم صرف دو بھائی ہیں۔ میں بڑا ہوں۔ والدین نے شروع سے ہی میرا بہت خیال رکھا۔ بچپن میں قیمتی کھلونے آتے تھے مگر میں دوستوں میں خوش ہو لیتا اور اب کسی بھی چیز سے مجھے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ میرے دوستوں کے پاس موٹر سائیکل آ جائے تو خوشی سے بے قابو ہو جاتے ہیں اور مجھے والد صاحب نے گاڑی دی ہوئی ہے۔ کہیں آنے جانے کو دل ہی نہیں چاہتا۔ صحت بھی اچھی نہیں رہی۔ جو کافی دن بعد دیکھتا ہے، پوچھتا ہے بیمار ہو۔ (سلمان.....اسلام آباد)

جواب: خوشیاں بیرونی ماحول یا اشیاء میں نہیں ہوتیں۔ خوشی کا انحصار تو انسان کی اندرونی حالت پر ہوتا ہے۔ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں جو اپنے تخلیق کردہ مخصوص معیار اور نظریے کے تحت اداسی سے دور اور خوشیوں سے قریب رہنا چاہتے ہیں۔ مادی چیزیں جو آپ کے دوستوں کیلئے خوشی کے حصول کا ذریعہ ہوتی ہیں' آپ کیلئے عام سی ہیں۔ اس لیے ان کے پاس ہونے کا اتنا احساس بھی نہیں۔ اگر آپ حقیقی خوشی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو دوسروں کی خوشیوں کا خیال رکھیں۔ اپنے والدین کو خوش رکھنے کی کوشش کریں۔ بھائی کی خوشی کا خیال رکھیں اور اردگرد مستحق لوگوں کا احساس کریں۔ آپ کو بھی خوشی کا مستقل رہنے والا احساس ہوگا۔

اپنے اطمینان کیلئے

میں گزشتہ ایک ماہ سے شدید ذہنی کرب کا شکار ہوں۔ میرے چھوٹے بچے کی عمر ڈیڑھ سال ہے۔ میری ساس کہتی ہیں کہ یہ بہرہ ہے۔ ابھی تک بولتا نہیں' اس کا مطلب ہے سنتا بھی نہیں' ورنہ بولنے لگتا۔ میں نے محسوس کیا ہے کہ وہ بولنے کی کوشش کرتا ہے مگر صاف نہیں بول پاتا۔ شوہر کو بچے کی کیفیت بتاتی ہوں تو وہ الٹا مجھ پر ناراض ہوتے ہیں۔ (شاہدہ.....فیصل آباد)

جواب: آپ بچے کو خود کیسا محسوس کرتی ہیں' وہ سنتا ہے یا نہیں' یہ آپ سے زیادہ کس کو معلوم ہوگا۔ اگر آپ یا گھر کا کوئی فرد اسے آواز دیتا ہے اور وہ مخاطب ہوتا ہے تو یقیناً سنتا بھی ہے۔ جہاں تک بولنے کی بات ہے تو ابھی کم عمر ہے، بعض بچے کچھ دیر سے بولتے ہیں۔ پھر بھی اپنے اطمینان کیلئے بچوں کے ماہر ڈاکٹر سے مل سکتی ہیں۔

☆☆☆☆

حصول اسم اعظم کا نایاب طریقہ: ہر فرض نماز کے بعد 66 مرتبہ اسم اللہ پڑھیں۔

اولاد کے حق میں ماں کی دُعا

اللہ نے ہمیں اپنی اولاد کی بھلائی و نیک نامی کیلئے مانگنے کا طریقہ بھی سکھایا ہے اوراس کے آداب بھی بتائے ہیں۔اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ اپنی اولاد کیلئے تم مجھ سے اس طرح مانگو کہ اے اللہ ہمیں ایسی بیویاں اور بچے عطا فرما جو ہمارے لیے آنکھوں کی ٹھنڈک ہوں اور ہمیں متقین کا امام بنا۔

مفکر اسلام حضرت مولانا سید ابوالحسن علی حسنی ندوی کا نام نامی اسم گرامی ہم میں سے کس نے نہیں سنا ہے۔ 86 سال کی عمر میں ابھی چند سال قبل 31 دسمبر 1999ء کو رمضان کی 23 تاریخ کو آپ کا انتقال ہوا۔ اللہ نے آپ سے دین کا وہ کام لیا جس کی نظیر ماضی قریب کی اسلامی تاریخ میں مشکل سے ملتی ہے۔ آپ کو اللہ تعالیٰ نے غیر معمولی محبوبیت اور مقبولیت عطا فرمائی تھی۔ عنداللہ آپ کے مقبول و محبوب ہونے کے دسیوں قرائین پائے جاتے تھے۔ جمعہ کے دن، روزہ کی حالت میں، عین نماز جمعہ سے قبل، سورہ یٰسین کی تلاوت کرتے ہوئے آپ کی روح قفس عنصری سے پرواز کر گئی۔ دنیا کے تقریباً تمام براعظموں اور اہم ممالک میں آپ کی نماز جنازہ غائبانہ ادا کی گئی۔ رمضان المبارک کی ستائیسویں شب کو حرم مکی و مدنی یعنی حرم شریف اور مسجد نبوی میں ستائیں لاکھ سے زائد اللہ کے بندوں نے آپ کی نماز جنازہ غائبانہ ادا کی اور آپ کی مغفرت و رفع درجات کیلئے اللہ سے دعائیں کیں۔ اس طرح کی عنداللہ محبوبیت و قبولیت دنیا میں بہت ہی کم بندوں کے حصہ میں آتی ہیں۔ مولانا اپنے بچپن میں پڑھنے میں نہ بہت ذہین تھے اور نہ بہت چست و چالاک۔ آپ کی علمی صلاحیت بھی مدرسہ میں عام اور درمیانہ درجہ کے طالب علم کی تھی۔ اس کے باوجود آپ سے اللہ نے دین کا جو کام لیا وہ حیرت انگیز بھی تھا اور تعجب خیز بھی۔ حضرت سے جب ان کو حاصل ہونے والی اس توفیق خداوندی کے اسباب و محرکات کے متعلق دریافت کیا جاتا تو آپ بیان کرتے کہ اللہ نے ہمارے مقدر میں دین کی اس خدمت میں ہماری والدہ ماجدہ کی خصوصی دعاؤں کا بڑا حصہ رکھا تھا، یہ اسی کی برکت تھی۔ آپ کی والدہ بڑی عابدہ، زاہدہ اور ذاکرہ تھیں۔ 93 سال کی عمر میں انتقال ہوا۔ وہ اپنی وفات تک ہمیشہ روزانہ دو رکعت صلاۃ الحاجۃ پڑھ کر اپنے اس بیٹے کیلئے دعا کرتی تھی کہ اے اللہ: میرے نور نظر علی سے کوئی غلط کام نہ ہو، زندگی کے ہر موڑ پر اے اللہ تو ہی اس کی صحیح رہنمائی فرما۔ انہوں نے اپنے بیٹے کو وصیت کی تھی کہ علی: روزانہ اپنے معمولات میں اس دعا کو شامل کرنا'' اے اللہ تو مجھے اپنے فضل سے اپنے نیک بندوں کو دیئے جانے والے حصوں میں سے افضل ترین حصہ عطا فرما'' اَللّٰھُمَّ آتِنِیْ بِفَضْلِکَ اَفْضَلَ مَاتُؤْتِیْ عِبَادَکَ الصَّالِحِیْنَ

آپ کی والدہ نے آپ کی ولادت سے پہلے ایک خواب دیکھا تھا اس کی تعبیر انہوں نے خود اپنی وفات سے قبل دیکھی۔ خواب یہ تھا کہ ہاتف غیبی نے ان کی زبان پر قرآن کی اس آیت کو جاری کر دیا ہے کہ'' ہم نے تمہاری آنکھوں کی ٹھنڈک کیلئے جو مخفی خزانہ چھپا کر رکھا ہے اس کا تمہیں اندازہ نہیں''۔

فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّآ اُخْفِیَ لَھُمْ مِّنْ قُرَّۃِ اَعْیُنٍ

(سورہ سجدہ آیت نمبر 17) مولانا کی انہوں نے اس طرح تربیت فرمائی تھی کہ ان سے اگر کسی خادم یا ملازمہ کے بچہ پر زیادتی ہوتی تو نہ صرف معافی منگواتی بلکہ ان سے مار بھی کھلاتیں۔ اسی کا نتیجہ تھا کہ بچپن ہی سے مولانا کو ظلم اور غرور و تکبر سے نفرت اور کسی کی دل آزاری سے وحشت ہوگئی۔ عشاء کی نماز پڑھے بغیر اگر سو جاتے تو اٹھا کر نماز پڑھواتیں۔ صبح کو جماعت کے ساتھ نماز پڑھنے کیلئے بھیجتیں۔ فجر کے بعد کبھی تلاوت کا ناغہ نہیں ہونے دیتی تھیں۔ مندرجہ بالا واقعات کی روشنی میں ہم اپنا جائزہ لیں تو شاید ہی ہم میں سے دو فیصد والدین اس کے مطابق اپنے آپ کو پائیں۔ روزانہ صلاۃ الحاجۃ پڑھ کر اپنی اولاد کیلئے مانگنا تو دور کی بات زندگی بھر میں اللہ سے اپنی اولاد کی نیک نامی اور صلاح مانگنے کیلئے ہم نے ایک بار بھی صلاۃ الحاجۃ نہیں پڑھی ہوگی۔ جب کہ اللہ نے ہمیں اپنی اولاد کی بھلائی و نیک نامی کیلئے مانگنے کا طریقہ بھی سکھایا ہے اور اس کے آداب بھی بتائے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ'' اپنی اولاد کیلئے تم مجھ سے اس طرح مانگو کہ اے اللہ ہمیں ایسی بیویاں اور بچے عطا فرما جو ہمارے لیے آنکھوں کی ٹھنڈک ہوں اور ہمیں متقین کا امام بنا''۔ رَبَّنَا ھَبْ لَنَا مِنْ اَزْوَاجِنَا وَذُرِّیّٰتِنَا قُرَّۃَ اَعْیُنٍ وَّاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِیْنَ اِمَامًا (سورہ فرقان آیت نمبر 74) اے اللہ: خود مجھے نماز قائم کرنے والا بنا اور میری نسلوں کو بھی' اے اللہ تو ہی ہماری اس دعا کو قبول فرما۔ رَبِّ اجْعَلْنِیْ مُقِیْمَ الصَّلٰوۃِ وَمِنْ ذُرِّیَّتِیْ رَبَّنَا وَ تَقَبَّلْ دُعَآءِ (سورہ ابراہیم آیت نمبر 40)

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اوردعا

ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس' مسنون ذکر خاص' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

محمد انور گوہر' جہانیاں۔ امیر تاج' بنوں۔ عبدالرزاق' واہ کینٹ۔ سید ابرار الحق' ڈیرہ اسماعیل خان۔ رفعت' فیصل آباد۔ حافظ محمد توقیر' عمر ضیاء' فواد احمد' کشمیر۔ آر۔ اے طور' اسلام آباد۔ عبدالرشید' راولپنڈی۔ اعجاز احمد ندیم' احمد دین' لاہور۔ سمعیہ نوازش علی' طلال احمد' لاہور۔ صوفیہ کامران' وزیر آباد۔ غلام مصطفیٰ' مظفر گڑھ۔ ناصر محمود' آصف محمود' محمد عثمان غنی' جوہر آباد۔ اظہر عنایت شاہ' کوہاٹ۔ محمد انس' فیصل آباد۔ فصیح الرحمٰن' گجرات۔ شہباز' گجرات۔ عبدالرحمٰن' ام ابوذر' بہاولنگر۔ حمیرا اسلم' وہاڑی۔ مسز ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ محمد امین' خورشید اختر' جواد اللہ خان' کراچی۔ محمد ابراہیم' راولپنڈی۔ محمد نعیم' فیصل آباد۔ عمارہ ثانی' محمد امین اعوان' کوہاٹ۔ منیر احمد عباسی' راولپنڈی۔ رفعت حیات' اٹک۔ اعجاز احمد' سعیدہ بشیر احمد' حافظ وقار احمد کوٹ نجیب۔ محمد بخش منڈی بہاؤالدین' سلیم انور' جہانیاں۔ فضل سبحان' رائے ونڈ۔ سرفراز' رحیم یار خان۔ حکیم عثمان جاوید' گجرات۔ محمد سلیمان' کوئٹہ۔ اسماء' واہ کینٹ۔ ریحانہ انجم' اٹک۔ سدرہ' گوجرانوالہ۔ محمد خالد محمود ناصر' اوکاڑہ۔ محمد خلیل' آزاد کشمیر۔ محمد خالد انصاری' حیدرآباد۔ افشاں کرن' ملتان۔ نزاکت ہمایوں' وقاص امجد' ایبٹ آباد۔ حافظ نصیر قریشی' وہاڑی۔ محمد خرم شہزاد' محمد عثمان' اٹک۔ محمد انور' واہ کینٹ۔ محمود احمد' بہاولپور۔ حسن محمود' مبارک پور۔ جمشید' لاہور۔ تصور حسین رانا' سرگودھا۔ عطاء الرحمٰن' سیالکوٹ۔ محمد یوسف' ڈیرہ اسماعیل خان۔ محمد حفیظ' پشاور۔ جمیل احمد قریشی' گجرات۔ عبدالحکیم' سانگھڑ۔ زبیر احمد شاہ' سرگودھا۔ جاوید اقبال' لاہور۔ محمد بلال' لاہور۔ محمد اکمل فاروق' سرگودھا۔ محمد سعد عمران' ملتان۔ صفیہ' لاہور۔ سعید احمد ساجد' سرگودھا۔ ارم عمر' ملتان۔ محمد طارق بٹ' حافظ آباد۔

پیٹ درد کیلئے: کریلوں کا پانی پینے سے پیٹ کے درد کو آرام آجاتا ہے۔

چہرے کی جھریاں ║ الرجی/نزلہ ║ بال گرتے ہیں ║ چھوٹا قد ║ ہیپاٹائٹس

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نو جوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

ہیپاٹائٹس

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے پیٹ کے بائیں طرف ناف کے ساتھ ہر ماہ دو ماہ کے بعد شدید درد ہوتا ہے، درد کی اور اینٹی بائیوٹک گولیاں کھانے سے آرام آجاتا ہے۔ خون' پیشاب' سٹول ٹیسٹ مکمل کرائے۔ الٹراساؤنڈ کرایا اور دل کے ٹیسٹ کرائے۔ سب اللہ کے فضل سے ٹھیک نکلے۔ لیڈی ڈاکٹر سے مکمل چیک اپ کروایا، نارمل تھا۔ لیڈی ڈاکٹر سے درد چیک کروانے گئی تو اس نے کہا کہ ایچ سی وی کروائیں تو رزلٹ پوزیٹو نکلا، جس سے پریشانی ہوئی۔ میری عمر 38 سال ہے۔ پانچ بچے ہیں سب سے چھوٹا بچہ تین سال کا ہے۔ میرا وزن 127 پاؤنڈ ہے۔ قد "7-5۔ وزن کبھی ایک دو پاؤنڈ بڑھ جاتا ہے کبھی کم ہو جاتا ہے۔ سر میں کبھی کبھی درد ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ کبھی کوئی تکلیف نہیں ہوئی۔ خدا کے فضل سے بالکل ٹھیک ہوں اور ہر چیز کھالیتی ہوں۔ ایچ سی وی رزلٹ کے بعد پریشانی ہوئی ہے۔ (طاہرہ بہاولنگر)

جواب: آپ بادی چیزیں خاص طور پر بڑا گوشت، آلو، چاول وغیرہ بالکل استعمال نہ کریں۔ جوارش کمونی، جوارش جالینوس اور خمیرہ ابریشم مستقل جاری رکھیں انشاء اللہ تعالیٰ پھر تکلیف نہ ہوگی۔ یہ کوئی خطرناک درد نہیں لیکن احتیاط اور علاج لازم ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 8,7,6,5 استعمال کریں۔

چھوٹا قد

میری عمر 16 سال ہے، میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا قد بہت چھوٹا ہے جس کی وجہ سے میں احساس کمتری کا شکار رہتا ہوں میرا قد پانچ فٹ سے کچھ کم ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ کوئی ایسا نسخہ تجویز فرمائیں کہ میرا قد 4 انچ بڑا ہو جائے۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ پچھلے سال میری بائیں آنکھ میں ناک کی جانب سے سوجن آئی۔ زیادہ توجہ نہ دی اور میں سمجھا کہ شاید ہر وقت زکام اور نزلہ رہتا ہے اسی کی وجہ سے ہے مگر وہ سوجن نہ گئی۔ کئی ڈاکٹروں کو دکھایا۔ اب ایک ڈاکٹر کو دکھایا تو اس نے بتایا کہ ناک میں غدود ہے اور اس کا آپریشن کرنا پڑے گا میں اب بہت پریشان ہوں۔ میرے اس مسئلے کا حل بھی بتائیں' شکر گزار ہوں گا۔ (میاں عمران، خانپور)

جواب: آپ مندرجہ ذیل نسخہ مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ اطریفل' اسطخدوس' خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا۔ اطریفل غددی کسی اچھے دواخانے کی لے کر اوپر لکھی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ کھٹی ٹھنڈی بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چند ماہ ضرور استعمال کریں۔ ہلکی ورزش سے بھی فائدہ ہوگا۔ چارٹ سے غذا نمبر 4,3 مسلسل استعمال کریں۔

جھریاں ہیں

میرا پہلا مسئلہ یہ ہے کہ میری آنکھوں کے نیچے حد سے زیادہ جھریاں اور حلقے ہیں۔ میری عمر اٹھارہ سال ہے اس لیے نہ تو عمر کا مسئلہ ہے جو اتنی زیادہ جھریاں پڑ گئی ہیں۔ براہ مہربانی کوئی ایسا نسخہ تجویز کر دیں کہ یہ جھریاں صاف ہو جائیں اور میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ اور ہاتھوں کا رنگ میرے باقی سارے جسم سے بالکل نہیں ملتا یعنی چہرے کا رنگ سانولا ہے اور باقی جسم کا رنگ بہت سفید ہے اور نیند بہت کم آتی ہے سونے کی بہت کوشش کرتی ہوں لیکن کافی دیر بعد نیند آتی ہے۔ براہ مہربانی کوئی مناسب مشورہ دیں، جس سے میرے یہ مسئلے حل ہو جائیں اور میں ذہنی سکون حاصل کرسکوں آپ کی مہربانی ہوگی۔ (نبیلہ، سکھر)

جواب: صبح بادام اور کشمش کھائیں۔ دوپہر، رات کو غذا کے بعد عمدہ انگور کھائیں پانی زیادہ پئیں۔ ہلکی پھلکی ورزش' کھیل کود بھی کریں خالص عمدہ شہد ہر غذا کے بعد ایک چمچی ضرور کھائیں۔ دودھ چاول اور سرد اشیاء سے پرہیز کریں مگر دھوپ میں نہ جائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 7,6 مکمل پرہیز کے ساتھ استعمال کریں۔

الرجی/نزلہ

میری عمر 30 سال ہے مجھے بچپن ہی سے الرجی یا نزلہ کی شکایت ہے۔ دھول مٹی اور دھوئیں سے میری ناک میں سوزش ہوتی ہے، پھر ناک سے پانی کی طرح ریشہ بہنا شروع ہو جاتا ہے۔ کبھی کبھی رات میں بھی ناک بہنا شروع ہو جاتی ہے۔ جسے صاف کرنے کیلئے ایک رومال بھی ناکافی ہوتا ہے۔ یہ ریشہ ناک سے حلق میں گرتا ہے، جسے بار بار تھوکنا پڑتا ہے۔ میں ریشہ اتنا تھوکتا ہوں کہ پلاسٹک کا شاپر اچھا خاصا بھر جاتا ہے۔ ریشہ تھوکنے کے ساتھ ساتھ میرے سینے سے سیٹی جیسی آوازیں آتی ہیں۔ آہستہ آہستہ سانس لینے میں دشواری محسوس ہوتی ہے اور دم گھٹنے لگتا ہے۔ بادام اور چھوہارے کھانے سے نزلہ تو ٹھیک ہو جاتا ہے لیکن سانس کی تکلیف بڑھ جاتی ہے۔ بیماری کی وجہ سے جسمانی اور ذہنی طور پر بہت کمزور ہو گیا ہوں۔ مہربانی فرما کر ایسا نسخہ بتائیں جس کے باقاعدہ استعمال سے میں مکمل طور پر صحت یاب ہو جاؤں میری سانس کی بیماری دور ہو جائے۔ (رب نواز......کراچی)

جواب: یہ دمہ کی شکایت ہے۔ کشتہ طلاء کلاں اصلی دو چاول عمدہ اصلی خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا پر ڈال کر صبح کھائیں سوتے وقت لعوق صنوبر اصلی ایک چائے کی چمچی کھائیں۔ اسطخدوس کا جوشاندہ دن میں دو بار پئیں۔ شدید ضرورت پر انہیلر یا کوئی بھی علاج ہمراہ لیتے رہیں۔ وہ تمام پرہیز کریں جو اس سلسلے میں ہم لکھتے ہیں اور غذا بھی ہمارے مشوروں کے مطابق کھائیں۔ اس بات کا یقین رکھیں کہ اگر درست علاج میسر آجائے اور غذائی پرہیز اور سردی سے مکمل بچاؤ رہے تو شفا یابی یقینی ہے (ان شاء اللہ)۔ دمہ کوئی مستقل یا لاعلاج مرض نہیں ہے۔ اکثر مریضوں کو تو پرہیز کا ہی پتہ نہیں ہوتا کہ کیا کرنا ہے؟ اکثر کے ذہن میں الرجی جیسا مبہم لفظ ہوتا ہے وہ دھویں، گرد سے بھاگتا رہتا ہے۔ سردی گرمی خشکی تری کے بنیادی فلسفے سے اس کی واقفیت صفر ہوتی ہے تو بچاؤ اور پرہیز کیسا؟ غذا کے معاملے میں چارٹ سے غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

بال گرتے ہیں

میری عمر انیس سال ہے تقریباً تین سال سے میرے بال متواتر گر رہے ہیں اور بال اتنے زیادہ پتلے ہوچکے ہیں کہ میں حد سے زیادہ احساس کمتری میں مبتلا ہو چکا ہوں۔ میں نے سر کے بال بالکل منڈوا دیئے تاکہ بال گرنا بند ہوجائیں، لیکن بالکل فرق نہیں پڑا۔ آپ برائے مہربانی میرے بالوں کیلئے ایسی دوائی تجویز کردیں کہ میرے بال جلدی سے لمبے اور گھنے ہوجائیں۔ میرے بالوں میں کبھی کبھار خشکی بھی بہت ہوجاتی ہے اور بال خراب بھی ہوتے جارہے ہیں۔ میرے بھائی کی عمر اٹھارہ سال ہے اسے بھی بالوں کا مسئلہ ہے کیا وہ بھی وہی دوائی استعمال کرسکتا ہے جو آپ مجھے تحریر کریں گے۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے معدے کی تکلیف بھی ہے۔ کھانا کھانے کے بعد جلن محسوس ہوتی ہے۔ تلی ہوئی چیز دیکھنے سے بھی دم گھٹتا ہے۔ بھوک لگتی بہت ہے لیکن جب کھانا کھاتا ہوں تو سکون نہیں ملتا۔ صحت پر بھی اثر پڑ رہا ہے۔ کمزور ہوتا جارہا ہوں۔ معدے کی تکلیف تقریباً ایک سال سے ہے۔ (عبدالقدیر، سعودیہ)

جواب: آپ معدے کے علاج کی طرف توجہ دیں، معدے کے ٹھیک ہونے پر دوبارہ لکھیں، نظام ہضم ٹھیک نہ ہو تو غذا سے غذائیت حاصل نہیں ہوتی۔ جس کی وجہ سے کمزوری ہوکر بال گرنے لگتے ہیں۔ رہی سہی کسر صابن اور شیمپو پوری کر دیتے ہیں۔ عمدہ قسم کے بادام، خالص شہد، زیتون کا تیل یا مکھن خالص اور عمدہ انگور غذا میں شامل رکھیں۔ روغن بادام شیریں خشک بالوں میں مالش کریں بشرطیکہ معدہ ہضم بھی کرے ورنہ پھر پہلے معدہ کا حال ہمیں تفصیل سے لکھیں، مرچ گرم مصالحے، کھٹائی وغیرہ سے فی الحال پرہیز رکھیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 4,3,2 کو استعمال کریں۔

قبض کی شکایت

سوال: عرض یہ ہے کہ میں بہت پریشان ہوں۔ قطروں کی بیماری ہے۔ کافی عرصہ پہلے شدید قبض ہوگئی تھی میں نے زور لگایا تو خون کے ساتھ ایک رگ (نس) باہر نکل آئی اور کافی تکلیف ہوئی۔ اب بھی اکثر اجابت کے وقت یہ نس باہر نکل آتی ہے، کمر میں بھی کافی درد رہتا ہے اور جسم کے تمام جوڑوں میں درد ہوتا ہے۔ شرمندگی کی وجہ سے کسی ڈاکٹر کو دکھا نہیں سکتا اور ڈر بھی لگتا ہے کہ کہیں کسی غلط آدمی کے ہاتھ نہ لگ جاؤں۔ براہ مہربانی میری پریشانی کا کوئی حل نکالیں شکریہ۔ (دانیال خان، کراچی)

جواب: حب مقل غذا سے آدھا گھنٹہ پہلے ایک ایک گولی پانی سے کھائیں۔ قبض نہ رہنے دیں۔ گائے کا گوشت نہ کھائیں۔ کوئی اچھی سی ٹیوب کسی میڈیکل سٹور سے لے لیں حسب ترکیب وہ بھی استعمال کریں یعنی اجابت کے بعد لگائیں۔ قبض نہ رہنے دیں، روزانہ پانی پئیں اور پپیتہ خوب کھائیں۔ اگر کوئی ممانعت کا سبب نہ ہو تو خالص عمدہ مکھن روزناشہ میں کھائیں۔ گرم چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 7,6,5 کو مکمل پرہیز سے استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، اپیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز ہیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اناس، رس بھری

شیر اور گیدڑ کا مقدمہ' بندر کا انصاف

بچوں کا صفحہ

ہرنی کا فیصلہ سن کر گیدڑ نے غصے سے کہا۔ ''چلو اب دوسرے منصف کو ڈھونڈتے ہیں۔'' یہ کہہ کر دونوں نے دوسرے جانور کو ڈھونڈنا شروع کر دیا جوان کو انصاف دلا سکے۔ جہاں انہیں ایک لگڑ بگڑ نظر آیا اور انہوں نے اسے سارا ماجرا سنا دیا۔ (عبدالقادر قاسم)

بہت عرصے قبل ایک شیر اور گیدڑ میں گہری دوستی تھی اور وہ دونوں ایک دوسرے کو حیران کرنے کی کوشش کرتے رہتے تھے۔ ایک دن شیر نے ایک موٹی تازی بکری کو زندہ پکڑا اور اپنے دوست گیدڑ پر رعب جھاڑنے کے لیے جلدی جلدی اس کی بھٹ پر آیا لیکن جب وہ وہاں پہنچا تو حیرت سے اس کی آنکھیں کھلی رہ گئیں کیونکہ گیدڑ اس سے پہلے ہی ایک گائے کو پکڑے بیٹھا تھا۔ ''ایک گیدڑ شیر سے اچھا شکار کیسے کر سکتا تھا؟'' شیر نے غصے میں سوچا اور خاموشی سے بکری کو باہر گائے کے ساتھ باندھ کر سونے کے لیے چلا گیا کیونکہ رات کافی ہو چکی تھی لیکن وہ ساری رات جاگتا رہا کیونکہ اسے حسد ہو رہا تھا کہ آخر گیدڑ نے گائے کو پکڑا کیسے۔ آخر کار اس سے رہا نہیں گیا تو سورج نکلنے سے پہلے ہی باہر نکل کر گائے کے پاس پہنچ گیا لیکن وہاں گائے کے ساتھ ایک بچھڑا بھی کھڑا تھا جسے رات میں ہی گائے نے جنم دیا تھا۔ بچھڑے کو دیکھتے ہی شیر کے ذہن میں ایک خیال آیا اور اس نے خود سے کہا ''میرے دوست کو دونوں کی ضرورت نہیں ہے۔'' یہ کہہ کر وہ بچھڑے کو بکری کے پاس لے گیا اور اسے اس کا دودھ پلانا شروع کر دیا اور صبح ہوتے ہی وہ چلاتا ہوا گیدڑ کے پاس گیا اور اس سے کہا ''جلدی چلو میرے ساتھ...... میری بکری نے رات میں بچھڑے کو جنم دیا ہے۔'' گیدڑ نے جب جا کر دیکھا تو بچھڑا بکری کا دودھ پی رہا تھا۔ یہ دیکھ کر اس نے نفی میں سر ہلاتے ہوئے کہا: ''ناممکن'' ایک بکری کے یہاں گائے کا بچہ نہیں ہو سکتا۔ صرف گائے ہی بچھڑے کو پیدا کر سکتی ہے۔ یہ بچھڑا میرا ہے۔''

یہ بات سن کر شیر نے غراتے ہوئے کہا پاگل مت بنو۔ ثبوت تمہارے سامنے ہے۔ یہ دونوں ایک ساتھ کھڑے ہیں اور یہ بچھڑا میرا ہے۔'' ''نہیں میں اس ثبوت کو نہیں مانتا۔'' گیدڑ نے غصے سے جواب دیا اور پھر دونوں آپس میں لڑنے لگ گئے۔ اچانک شیر نے کہا'' ہم دونوں کسی کو منصف بنا کر اس بات کا فیصلہ کروا لیتے ہیں کہ یہ بچھڑا کس کا ہے؟ ٹھیک ہے لیکن میں تین لوگوں سے فیصلہ لوں گا۔ گیدڑ نے جواب دیا۔ شیر اس پر راضی ہو گیا اور وہ دونوں تین عقل مند جانوروں کو تلاش کرنے لگے جو ان کا فیصلہ کر سکیں۔ چلتے چلتے وہ ہرنوں کے ریوڑ کے پاس پہنچے جو درخت کے پتے کھا رہے تھے۔ کیا تمہارے ریوڑ میں کوئی عقل مند ہے؟'' شیر نے ان کے قریب جا کر کہا۔ اس کی بات سن کر ایک بوڑھی ہرنی آگے بڑھی اور کہا اپنے ریوڑ کے جھگڑوں کا فیصلہ میں کرتی ہوں، بولو کیا کام ہے؟ ہم ایک مسئلے کو حل کرانا چاہتے ہیں'' یہ کہہ کر دونوں نے کہانی سنانی شروع کر دی۔ اب ان کی کہانی سن کر ہرنی سوچ میں پڑ گئی کیونکہ وہ اچھی طرح جانتی تھی کہ بکری بچھڑے کو پیدا نہیں کر سکتی لیکن وہ یہ بھی جانتی تھی کہ شیر بہت خطرناک جانور ہے۔ اسی لیے اس نے شیر کی طرف دیکھتے ہوئے کہا۔ '' یہ بات سچ ہے کہ ہماری جوانی میں بکری بچھڑے کو جنم نہیں دے سکتی تھی اور یہ کام صرف گائے ہی کر سکتی تھی تاہم اب زمانہ بدل گیا ہے اور بکری بچھڑے کو جنم دے سکتی ہے اور میرا فیصلہ یہی ہے کہ یہ بچھڑا شیر کا ہے۔''

''کیا...... یہ نہیں ہو سکتا'' ہرنی کا فیصلہ سن کر گیدڑ نے غصے سے کہا۔ ''چلو اب دوسرے منصف کو ڈھونڈتے ہیں۔'' یہ کہہ کر دونوں نے دوسرے جانور کو ڈھونڈنا شروع کر دیا جوان کو انصاف دلا سکے۔ چلتے چلتے وہ چٹانوں کی طرف پہنچ گئے، جہاں انہیں ایک لگڑ بگڑ نظر آیا اور انہوں نے اسے سارا ماجرا سنا دیا۔ ان کی بات سن کر لگڑ بگڑ نے شیر کی طرف دیکھا۔ اسے یاد تھا کہ شیر اس کے بہت سارے دوستوں کو کھا چکا ہے، اس لیے اس نے اپنا گلا صاف کرتے ہوئے کہا: ''سنو معمولی بکری ہی بکری کے بچے پیدا کر سکتی ہے لیکن غیر معمولی نسل کی بکری سب کچھ کر سکتی ہے اور یقیناً شیر کی بکری بہت غیر معمولی ہے اور اسی وجہ سے یہ بچھڑا بھی شیر ہی کا ہے۔''

''تم پاگل ہو گئے ہو کیا؟'' گیدڑ نے غراتے ہوئے لگڑ بگڑ کو جواب دیا اور شیر سے کہا ''چلو اب ہمیں تیسرے انصاف کیلئے منصف کو تلاش کرنا ہے۔'' چلتے چلتے وہ ایک چٹان کے قریب پہنچے جہاں ایک بوڑھا بندر لیٹا ہوا تھا۔

'' معاف کیجئے گا'' شیر نے بندر کا کندھا ہلاتے ہوئے کہا '' کیا آپ ہمارے جھگڑے کا منصفانہ فیصلہ کر سکتے ہیں؟'' یہ بات سن کر بندر نے باری باری دونوں کی بات سنی۔ ان کی بات ختم ہونے کے بعد بندر نے چٹان پر ادھر ادھر کچھ دیکھنا شروع کر دیا جیسے کچھ تلاش کر رہا ہو۔ ''کیا تم کھانے کے لیے کچھ ڈھونڈ رہے ہو؟'' شیر نے دھاڑتے ہوئے کہا ''ہمیں جلدی فیصلہ سناؤ مجھے بہت بھوک لگ رہی ہے اور میں گھر جا کر اپنے بچھڑے کو کھانا چاہتا ہوں'' صبر کرو ابھی میں بہت مصروف ہوں'' بندر نے جواب دیتے ہوئے کہا اور پتھر اٹھا لیا۔ ''مصروف؟'' شیر نے غراتے ہوئے پوچھا'' کیا کر رہے ہو؟'' '' ساز بجا رہا ہوں میں ہمیشہ فیصلہ کرنے سے قبل تھوڑا سا ساز بجاتا ہوں'' ''کیا؟'' شیر نے چلاتے ہوئے کہا'' تم ہمیں بیوقوف بنا رہے ہو، تمہارے ہاتھ میں پتھر ہے اور سب جانتے ہیں کہ پتھر سے موسیقی کی آواز نہیں نکل سکتی۔''

یہ بات سن کر بندر نے پتھر کو ایک طرف رکھا اور کہا ''اگر ایک بکری بچھڑے کو پیدا کر سکتی ہے تو پھر پتھر سے بھی موسیقی کی آواز آ سکتی ہے اور تم نے سنا؟ کتنی سریلی موسیقی ہے'' یہ سن کر شیر ساری بات کو سمجھ گیا اور اس نے غراتے ہوئے کہا ''ہاں یہ آواز تو بہت خوبصورت ہے''۔ اس کی بات سن کر ارد گرد جمع ہونے والے سارے جانور بندر کی عقل مندی اور جرأت کے قائل ہو گئے اور انہوں نے چلاتے ہوئے کہا ''بندر اس جھگڑے کا فیصلہ کر چکا ہے کہ صرف گائے ہی بچھڑے کو جنم دے سکتی ہے اور اس پر گیدڑ کا حق ہے۔''

اب تمام جانوروں نے شیر کو لعن طعن شروع کر دی کہ وہ اپنے دوست کو دھوکا دے رہا تھا۔ یہ ماجرا دیکھ کر شیر نے شرم سے سر جھکا لیا اور واپس جا کر گیدڑ کو گائے کا بچہ واپس کر دیا۔

حضرت ضحاک بن سفیانؓ کا روشن کردار (محمد عبداللہ)

مکہ معظمہ کی فتح کے بعد نبی کریم ﷺ حنین کی طرف روانہ ہوئے، ایسے میں بنو کلاب کے مجاہدین کی ایک جماعت آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئی۔ انہوں نے عرض کیا: ''ہم بھی آپ ﷺ کے ساتھ بنو ہوازن کے خلاف لڑیں گے، ہمیں بھی جہاد کی اجازت دیجئے۔'' نبی کریم ﷺ ان جفاکش بدویوں کا جذبہ دیکھ کر بہت خوش ہوئے آپ ﷺ نے دریافت فرمایا: ''تمہاری جماعت میں کل کتنے آدمی ہیں۔'' جواب میں انہوں نے کہا: ''اے اللہ کے رسول ﷺ ہم نو سو ہیں۔'' یہ سن کر آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''اگر تم پسند کرو تو میں تمہیں ایک ایسا شہسوار دیتا ہوں جو تمہاری تعداد کو ایک ہزار کے برابر کر دے اور تمہاری قیادت بھی کرے۔'' آپ کا مطلب یہ تھا کہ یہ وہ شہسوار ایک سو آدمیوں کے برابر ہوگا۔

(بقیہ: صفحہ نمبر 36 پر)

سردی کا موسم اور علاج بالغذا ودوا

میتھروں کا جوشاندہ سردیوں میں بہترین ٹانک ہے اور سردی کے اثرات سے بچاتا ہے۔ شہد اور پانی کو ملا کر پکا کر پینے سے انسان سردی کے اثرات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ بچوں کو سوتے وقت شہد دینا ان کو نمونیا وغیرہ سے دور رکھتا ہے۔ (ڈاکٹر خالد محمود جنجوعہ)

موسم کی تبدیلی کے منفی اثرات کو زائل کرنے کیلئے انسانی جسم میں معدنی مرکبات کی کمی نہیں ہونی چاہیے۔ جس میں سیلنیم، کاپر، زنک، میگانیز سرفہرست ہیں۔ وٹامنز میں وٹامن ای۔ اے اور وٹامن سی موسمی تبدیلی کے منفی اثرات کو ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ آیئے دیکھئے خوراک میں کونسی ایسی چیزیں ہیں جن میں مندرجہ بالا معدنیات اور وٹامنز شامل ہیں۔

سیلنیم	لہسن	کاپر	چنے
زنک	مٹر، مچھلی، دودھ	وٹامن ای	تل
وٹامن اے	گاجر	وٹامن سی	مالٹا، کینو، گرےپ فروٹ

خدا تعالیٰ کی شان دیکھئے کہ یہ تمام اشیاء سردیوں میں وافر مقدار میں میسر آتی ہیں۔ اگر پرانی روایات کو دیکھا جائے تو اس خطہ میں سردیوں کی آمد کے ساتھ چکنائی کا استعمال بڑھ جاتا تھا۔ لوگوں میں مختلف اقسام کے حلوے جس میں دال کا حلوہ، سوہن حلوہ، ماش کی دال کا حلوہ، انڈوں کا حلوہ، گاجر کا حلوہ، مغزیات والا گڑ، مونگ پھلی، اخروٹ، بادام، شہد، چلغوزہ وغیرہ کا استعمال بھی بڑھ جاتا تھا۔ اگر طبی نقطہ نظر سے دیکھا جائے تو مونگ پھلی میں لحمیات کی ایک بڑی مقدار موجود ہے۔ جو انسانی جسم کے اندر نائیٹروجن کے توازن کو برقرار رکھ سکتی ہے۔ مغزیات مختلف معدنیات کا ذخیرہ ہیں۔ جیسے کہ تل کے ایک سو گرام میں تقریباً 1.5 گرام کے قریب کیلشیم پایا جاتا ہے۔ یہ معدنیات آئنز کے توازن کو برقرار رکھنے میں قابل ذکر کردار سرانجام دیتی ہیں۔ جسم کے درجہ حرارت کو قائم رکھنے کیلئے قدرت نے جسم میں ایسے عوامل پیدا کیے ہیں جو ماحول کی مطابقت کے مطابق جسم کو درجہ حرارت مہیا کرتے ہیں۔ لہٰذا سردیوں میں سردی کی وجہ سے نظام انہضام کے ساتھ دوسرے نظاموں میں بھی تیزی آجاتی ہے کیونکہ جسم کا درجہ حرارت قائم رکھنے کیلئے زیادہ توانائی کی ضرورت ہوتی ہے اور جسمانی درجہ حرارت کو قائم رکھنے کے لیے خوراک ہی ایک ایسا عنصر ہے جو اہم کردار ادا کرتا ہے۔

انسانی لباس بھی جسم کو گرم رکھنے میں یعنی جسمانی حرارت کو زائل ہونے میں کمی کرتا ہے۔ لہٰذا سردیوں میں گرم (اون) اور موٹے سوتی کپڑوں کا استعمال بڑھ جاتا ہے۔ گھروں کو گرم رکھا جاتا ہے لیکن بدقسمتی سے ہمارے لوگ خوراک کے بارے میں زیادہ باشعور نہیں ہیں۔ لہٰذا اس غفلت کی وجہ سے سردیوں میں نزلہ، فلو، زکام، کھانسی، نمونیا، جسمانی خشکی، ہاتھ پاؤں کا پھٹ جانا اور سوزش کا ظاہر ہونا۔ دردوں کے امراض کا بڑھ جانا شامل ہے۔ آیئے ہم دیکھتے ہیں کہ ان تمام امراض کی کیا وجوہات ہے۔ انسان اس وقت کسی مرض میں مبتلا ہوتا ہے جب اس کا قوت مدافعت کا نظام کمزور ہوجاتا ہے۔ جس کے ساتھ ساتھ جسمانی طور پر تیزابی اساسی توازن بگڑ جاتا ہے اور آئنز کا توازن برقرار نہیں رہتا۔

سردیوں میں خاص کر خواتین میں فولاد کی کمی واقع ہوجاتی ہے جس کیلئے شربت فولاد کا استعمال ضروری ہے کیونکہ یہ جسم میں حرارت (Thermogenesis) پیدا کرنے میں کافی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ سردیوں کے موسم میں وٹامن سی کے ساتھ شربت فولاد ایک دوسرے کی افادیت کو دوگنا کردیتے ہیں۔

انسانی جسم میں زنک کی کمی کی وجہ سے جلد پر خشکی کے آثار نمایاں ہوجاتے ہیں اور نزلہ و زکام بھی زنک کی کمی کی طرف اشارہ کرتا ہے اور اس کے علاوہ انسانی جسم کا قوت مدافعت کا انحصار بھی زیادہ تر زنک پر ہی ہے۔

جڑی بوٹیوں پر مبنی چائے اور جوشاندے:

روس میں سائیبریا کی شدید سردی میں ایک خاص بوٹی کا جوشاندہ جس کو ایلوتھروکوکس ٹی کوسس (Eleutherococcus senticosus) کہتے ہیں جس کو روسی جن سنگ کے نام سے منسوب کرتے ہیں۔ فیکٹری ورکروں کو پلایا جاتا ہے جس سے وہ سردیوں کے موسم میں بھی بآسانی اپنا کام سرانجام دے سکتے ہیں اور فیکٹری ورکروں کی تعداد سردیوں میں کم نہیں ہوتی۔ ورنہ اس کے بغیر تقریباً 80 فیصد لیبر سردیوں میں کسی نہ کسی مرض میں مبتلا ہوکر چھٹی لینے پر مجبور ہوجاتی تھی۔

جن سنگ کے جوشاندے سرد ممالک میں چائے کے طور پر پیے جاتے ہیں۔ جس کو جن سنگ ٹی کی شکل میں بھی مارکیٹ میں پیش کیا جا چکا ہے۔ ہمارے ہاں استعمال ہونے والی چائے بھی اسی وجہ سے مقبول ہوئی کہ یہ وقتی طور پر انسان کے جسمانی نظاموں کو تیز کردیتی ہے اور محرک کے طور پر کام کرتی ہے۔ میتھروں کا جوشاندہ سردیوں میں بہترین ٹانک ہے اور سردی کے اثرات سے بچاتا ہے۔ شہد اور پانی کو ملا کر پکا کر پینے سے انسان سردی کے اثرات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ بچوں کو سوتے وقت شہد دینا ان کو نمونیا وغیرہ سے دور رکھتا ہے۔ کھجوروں کا سردیوں میں استعمال سردی کے منفی اثرات کو کم کرنے میں کافی مدد دیتا ہے۔ بادیاں خطائی والی چائے کشمیری قبیلوں میں سردیوں میں بڑے شوق سے پی جاتی ہے اور عبقری کا بنفشی قہوہ بہترین ٹانک ہے جو صدیوں سے آزمودہ قدرتی جڑی بوٹیوں سے تیار کیا جاتا ہے۔ فلو، نزلہ اور زکام کا بہترین علاج بھی ہے اور اس سے بچاؤ کا ذریعہ بھی، سردیوں میں صبح و شام اس کا استعمال فلو، نزلہ اور زکام سے محفوظ رکھتا ہے۔ سردیوں کے موسم میں بدن پر خشکی ظاہر ہونا شروع ہوجاتی ہے۔ گلیسرین اور عرق گلاب خالص کا آمیزہ جسم پر مالش کرنے سے خشکی ختم ہو جاتی ہے۔ اگر روغن خشخاش کا استعمال کرلیا جائے تو یہ نہایت مفید ہے اور نمی قائم رکھنے والی بازار میں بکنے والی قیمتی کریم (Moisturing Cream) سے ہزار درجہ بہتر اور سستا ہے۔ ویزلین، جست، اوکسائیڈ اور روغن خشخاش کا مرکب جلد کیلئے بیحد مفید ہے۔

سردیوں میں مونگ پھلی کا استعمال انسانی جسم میں نائٹروجن اور لحمیات کی کمی کو پورا کرتی ہے اور یہ وہ خوراک ہے جو امریکہ کے صدر سے لے کر پاکستان میں جھونپڑی میں رہنے والا انسان بھی استعمال کرتا ہے اور بہترین لحمیات کا خزانہ ہے۔ عام طور پر لوگوں میں یہ شکایت ہوتی ہے کہ مونگ پھلی کھانے سے بلغم ہوجاتی ہے۔ اچھی بھونی ہوئی مونگ پھلی بلغم پیدا نہیں کرتی۔ اس کے ساتھ گڑ کا استعمال ضرور کریں۔

ہاتھوں کی صفائی کیلئے

یوں تو بازار میں بہت اقسام کے ہینڈ لوشن دستیاب ہیں۔ مگر مہنگے ہوتے ہیں ہر کوئی افورڈ نہیں کرسکتا۔ ہاتھوں کا میل کچیل صاف کرنے کیلئے کوکنگ آئل ایک چائے کا چمچ، پسی ہوئی چینی 1/2 چائے کا چمچ، ہاتھوں پر ملیں۔ تقریباً پانچ منٹ تک ایسا کریں پھر دھولیں۔ ہاتھ صاف ہوجائیں گے۔ اچھے ہینڈ لوشن جیسا کام کرتا ہے۔ (اللہ دتہ چشتی نظامی، خانیوال)

میں نیم بے ہوش ہوگئی

لیڈی ڈاکٹر فرحت عزیز

اس نسخے کے استعمال سے جسم میں پانی کی کمی پوری ہوگی۔ طبیعت بحال ہوگی، جسم میں طاقت آئے گی۔ قے بالکل بند ہو جائے گی، دل کی گھبراہٹ ختم ہوگی، دھڑکن معمول پر آئے گی اور کبھی یہ تکلیف نہیں ہوگی۔

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔ (ادارہ)

مجھے دورانِ حمل قے، بے چینی بہت شدید، ہیضے کی طرح، بار بار ابکائیاں آتی تھیں۔ دل بیٹھ جاتا تھا۔ کھڑے ہونے کی سکت نہیں رہتی تھی۔ ڈرپ لگوائی اور کئی دن ہسپتال داخل رہی لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ مزید ٹوٹکے استعمال کیے، ڈاکٹری دوائیں بھی بہت استعمال کیں۔ منہ میں پانی بہت آتا تھا۔ میری ایک دوست جو کہ انڈیا کے ایک حکیم کی بیٹی تھی۔ اس کے چچا کنگ ایڈورڈ کے پرنسپل تھے اس نے یہ نسخہ بتایا: اسپغول ثابت ایک کھانے کا چمچ، زرمشک کے 11 دانے ململ کے کپڑے میں باندھ لیں۔ ایک پیالی عرق گاؤزبان لیں اور اس میں ململ کے کپڑے میں بندھا ہوا اسپغول اور زرمشک ڈال کر ٹھنڈی جگہ پر رکھیں۔ اس کا لعاب نکلے گا۔ اس لعاب کو چاٹنا ہے۔ دن میں 8-10 بار۔ جیسے جیسے طبیعت درست ہو اوقات میں کمی کرتے جائیں، جب پوٹلی ختم ہو جائے دوبارہ بنالیں۔ اس نسخے کے استعمال سے جسم میں پانی کی کمی پوری ہو گی۔ طبیعت بحال ہوگی، جسم میں طاقت آئے گی۔ قے بالکل بند ہو جائے گی، دل کی گھبراہٹ ختم ہوگی، دھڑکن معمول پر آئے گی اور کبھی یہ تکلیف نہیں ہوگی۔ میں نے بتائے ہوئے طریقے کے مطابق اس نسخہ کو استعمال کیا۔ رزلٹ سو فیصد ہے۔ اس کے بعد دوبارہ دو بار حمل ہوا لیکن یہ تکلیف پھر نہیں ہوئی۔ اگر کسی کو ہو تو یہ نسخہ استعمال کریں۔ یہ بچوں کے ہیضے، ڈائریا اور فوڈ پوائزنگ کا بے مثال نسخہ ہے۔ اس کے علاوہ یہ نسخہ دل کی عمومی گھبراہٹ، ہائی بلڈ پریشر یا جن کا بلڈ پریشر کنٹرول نہ ہوتا ہو، ٹینشن، ڈپریشن اور بے چینی کا بہترین آزمودہ علاج ہے۔ ایسے لوگ جن کے معدے میں تیزابیت، جلن اور السر ہو، حتیٰ کہ معدے اور آنتوں کے زخم تک کے لیے لاجواب ہے، یہی نسخہ ہیپاٹائٹس یعنی کالے یرقان کی ہر قسم کے لیے اکسیر ہے۔ کینسر کے مریض کو بعض دفعہ قے نہیں رکتی اس کو بہت فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ موسم گرما اور سرما میں بھی مفید ہے، ایسے اوقات جب لو چل رہی ہو اور پیاس کی حدت اور شدت میں کمی نہ آرہی ہو، اس وقت یہ پرسکون مشروب سے کم نہیں۔ واضح رہے کہ یہ نسخہ میں نے اس وقت استعمال کیا تھا جب میرے جسم کی طاقت ختم ہوگئی تھی اشاروں سے بات کرنے لگی اور جسم نڈھال ہوگیا تھا، لیکن اس نسخہ سے یہ معاملہ درست ہو گئے۔

سو چھینکیں آتی تھیں

صبح اٹھتے ہی چھینکیں تقریباً سو کے قریب آتی تھیں اور ہر اگلی چھینک زوردار کہ میری پسلیاں ہل جاتی تھیں۔ آنکھیں سرخ، سر میں سخت درد، ناک سے بے تحاشا پانی آتا تھا، منہ سے زبردست لعاب، ناک مسلسل بہتا تھا، سانس نہیں آتا تھا۔ بالکل دمے والی کیفیت ہوتی تھی۔ دس پندرہ منٹ یہ کیفیت ہوتی تھی۔ ایسا لگتا تھا کہ شاید کئی سالوں کی مریضہ ہوں۔ آخر کار مجھے کلینک میں کسی نے بتایا یہ والا نسخہ استعمال کریں۔

ھوالشافی: اسطخدوس، مغز بادام، سفید مرچ ہم وزن لیں اور ان کو باریک کر کے یک جان کر لیں اور رات کو سوتے وقت ایک چمچ ٹی سپون گرم دودھ کے ہمراہ لیں۔ واضح رہے کہ کھانا 3 گھنٹے سونے سے پہلے کھالیں۔ اس وقت پیٹ بھرا ہوا نہ ہو۔ جب میں نے یہ لیا تو آدھے سر کا درد ختم ہو گیا۔ چھینکیں، پانی، الرجی بالکل ختم ہوگئی حالانکہ ناک کی ہڈی بڑھی ہوئی ہے اور اس کا علاج بظاہر آپریشن ہے لیکن آج پورے 10 سال ہو گئے ہیں مجھے پھر یہ تکلیف نہیں ہوئی ہے۔

یہ نسخہ بے شمار لوگوں کو دیا اور سب کو فائدہ ہوا۔ امریکہ بھائی کو بتایا، پاکستان میں ڈاکٹروں نے کہا کہ شاید یہ نشہ کرتا ہے حالانکہ اس کو الرجی تھی کہ جیسے ہی موسم بدلا نزلہ، زکام چھینکیں شروع ہو جاتی تھیں۔ یہ نسخہ دماغی کمزوری، دماغی خشکی، الرجی، چھینکیں، سوزش کے لیے آزمودہ ہے۔ میرے کلینک کے دوران لمحوں میں یہ چھینکوں کا طوفان شروع ہو جاتا تھا حتیٰ کہ ایسے محسوس ہوتا تھا شاید دمہ شروع ہوگیا ہے۔ پانی اتنا خراش دار ہوتا تھا کہ جہاں لگتا تھا حلق جل جاتا تھا۔

قہوہ: سبز پودینہ کے پتے، سبز الائچی، سونف کے دانے، بادیاں خطائی کے پھول، اسطخدوس، ان تمام کو ہم وزن کوٹ پیس کر سفوف بنا کر چائے کی پتی کی طرح محفوظ کر کے رکھ لیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ماہانہ روحانی محفل

نا ممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

14 نومبر 2008ء بروز جمعہ کو بوقت عصر کی نماز کے فوراً بعد اپنی جگہ سے حرکت نہ کریں **یَا اَللّٰہُ، یَا رَحْمٰنُ، یَا رَحِیْمُ، یَا عَزِیْزُ، یَا وَدُوْدُ** غروب آفتاب تک نہایت بھکاری بن کر پڑھیں اور جب موذن مغرب کی اذان شروع کرے اس وقت 5 منٹ سجدے میں بھکاری بن کر اپنے مقاصد کے لیے دعا کریں۔ خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

نا اتفاقی / رشتوں کی بندش

محترم حکیم صاحب: اسلام علیکم کے بعد عرض ہے کہ آپ کے حکم کے مطابق اپنی زندگی میں روحانی محفل سے آنے والی تبدیلیوں کے متعلق لکھ رہی ہوں شاید میرے یہ الفاظ کسی کی زندگی میں کام آجائیں۔ ہمارا حکیم صاحب سے پچھلے چار سال سے تعلق ہے۔ ایک دن میری ایک دوست مجھ سے ملنے آئی اور میں نے اپنی پریشانیوں کا حال اس کو سنایا اور وہ خود پریشان ہوگئی۔ اچانک اس نے میری توجہ ماہنامہ عبقری کی طرف دلائی جس کی کچھ دن پہلے میں نے سالانہ ممبر شپ لی تھی۔ میں نے کچھ ماہ روحانی محفل (بقیہ صفحہ نمبر 28 پر)

انمول خزانہ اور درود شریف کی برکات

وسط جولائی 2005ء میری تمام مشکلات اور پریشانیاں ختم ہوگئی تھیں۔ آپ کے بتائے ہوئے وظائف پڑھنے سے مشکلات راحت میں بدل گئیں سکون قلب بھی نصیب ہوا (جو بڑی نعمت ہے) ساتھ ہی مال و زر بھی ہاتھ آیا۔ (شفیق الرحمٰن۔ علی پور)

2002ء تا 2005ء مجھے کچھ ایسی مشکلات و پریشانیاں پیش آئیں کہ مجھے سمجھ نہیں آرہا تھا کہ کیا کیا جائے؟ ان مشکلات اور پریشانیوں سے جان کیسے چھڑوائی جائے؟ میرے ہاتھ جو بھی وظائف آئے میں نے وہ کیے، لیکن کام بنتا دور دور تک دکھائی نہیں دے رہا تھا۔ ایک دن نماز عصر مسجد میں پڑھنے کے بعد قرآن پاک کی تلاوت کیلئے الماری کھولی تو آپ کے ''دو انمول خزانے'' کے چند کتابچے الماری میں دیکھے۔ ایک کتابچہ لے کر اس کے پہلے دو صفحے پڑھے تو میرے دل میں خیال آیا کہ یہ کتابچہ ضرور پڑھنا چاہیے۔ شاید میری پریشانیوں کا کوئی حل اس کتابچہ میں ہو۔ اس وقت پورا کتابچہ پڑھنے کا میرے پاس ٹائم نہیں تھا۔ امام صاحب نماز عصر پڑھانے کے بعد مسجد سے باہر چلے گئے تھے۔ امام صاحب کی اجازت کے بغیر کتابچہ گھر لے جانا جرم سمجھتا تھا۔ دوسرے دن میں نے شوق سے نماز عصر اسی مسجد میں پڑھی' امام صاحب نماز سے فارغ ہو کر مسجد سے جانے لگے تو میں نے ''دو انمول خزانے'' کا ایک کتابچہ ان سے گھر لے جانے کی اجازت چاہی تو امام صاحب کہنے لگے، جتنے کتابچوں کی ضرورت ہو لے جاؤ میں صرف دو کتابچے لے کر گھر چلا گیا۔ میں نے کتابچہ گھر جا کر حرف بہ حرف غور سے ایک ہی نشست میں پڑھا تو دل کو سکون ہوا کہ بس مجھے مشکلات دور کرنے کا راستہ مل گیا۔ غالباً یہ 14 اپریل 2005ء کا دن تھا میں نے دوسرے دن نماز فجر کے بعد پوری توجہ یکسوئی اور دل کی گہرائیوں کے ساتھ کتابچے میں آپ کے بتائے طریقے کے مطابق ''دو انمول خزانے'' کا وظیفہ شروع کر دیا۔ کتابچہ پڑھ کر ہی معلوم ہوا کہ آپ ہر منگل کو اپنی خانقاہ پر درس بھی دیتے ہیں۔ ظاہر ہے درس سننے کا شوق مجھے کتابچے کے مصنف کی خانقاہ پر لے گیا۔ آپ کے درس کا اتنا اثر ہوا کہ باقاعدگی سے ہر منگل کو آپ کے درس میں حاضر ہوتا رہا۔ آپ کا درس سن کر سکونِ قلب نصیب ہوتا رہا اور اپنی مشکلات اور پریشانیوں سے نجات ملنے کی امید نظر آتی رہی۔ درس سے اتنا سکون ملتا رہا کہ ایک منگل سے دوسرے منگل کا شدت سے انتظار کرتا رہا۔ ایک منگل کے درس کے دوران آپ نے پریشانیوں سے نجات کیلئے ایک اور وظیفہ بتایا کہ جمعہ کے دن نماز عصر باجماعت پڑھنے کے بعد مسجد کے ایک کونے میں بیٹھ کر نماز مغرب کی اذان تک بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کا وظیفہ شروع کر دیں تو انشاء اللہ 7 جمعہ یا زیادہ سے زیادہ 21 جمعہ گزریں گے کہ آپ کا کام ہو جائے گا۔ جس منگل کو آپ نے درس میں یہ بات بتائی، اس کے بعد جو جمعہ آیا، میں نے دو انمول خزانے والے وظیفوں کے علاوہ یہ وظیفہ بھی شروع کر دیا۔ آپ کے بتائے ہوئے وظائف میں نے اتنی یکسوئی، دلجمی اور توجہ کے ساتھ پڑھے کہ زندگی میں کبھی بھی میں نے اتنی یکسوئی کیساتھ وظائف یا کوئی عبادت نہیں کی۔ یقین جانیں آپ کے بتائے ہوئے وظائف میں نے وسط اپریل 2005ء میں پڑھنے شروع کیے تھے اور وسط جولائی 2005ء میری تمام مشکلات اور پریشانیاں ختم ہو گئی تھیں۔ آپ کے بتائے ہوئے وظائف پڑھنے سے مشکلات راحت میں بدل گئیں۔ سکونِ قلب بھی نصیب ہوا (جو بڑی نعمت ہے) ساتھ ہی مال و زر بھی ہاتھ آیا۔

آپ تو اللہ کے نیک بندے ہیں ہم دنیادار آپ کیلئے کیا دعا کر سکتے ہیں۔ آپ کا درس سن کر مجھے سکون قلب نصیب ہوا۔ دل سے یہی دعا نکلتی ہے کہ اللہ آپ اور آپ کے اہل خانہ کی عمر دراز کرے۔ آپ کا سایہ ہمارے سروں پر قائم و دائم رہے۔ آپ ہمارے ملک قوم اور ملتِ اسلامیہ کا قیمتی سرمایہ ہیں۔

آج سے غالباً 15 سال قبل کی بات ہے وضو کرتے وقت میرے دانتوں سے خون نکلنا شروع ہو جاتا تھا۔ بعض اوقات 15 تا 20 منٹ وضو کرتے ہی لگ جاتے تھے پھر کہیں جا کر خون آنا بند ہوتا تھا۔ اس دوران جماعت نکل جاتی مگر بعض دفعہ خون آنا بند نہیں ہوتا تھا، تو تنگ آ کر خون آنے کی پرواہ کیے بغیر نماز پڑھ لیا کرتا تھا۔ جو ٹوتھ پیسٹ' جو منجن دکان پر دیکھا لے لیا۔ استعمال کیا لیکن مرض جوں کا توں رہا جس کسی نے جو علاج بتایا وہ کیا لیکن مرض اسی جگہ قائم رہا۔ ایک دن فضائل درود شریف کا کتابچہ کہیں سے (بقیہ صفحہ نمبر 38)

پھلی سہانجنا

سہانجنے کے بیج پیس کر پھانکنے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ مقدار خوراک ایک ماشہ روزانہ ہمراہ پانی یا دودھ۔

(حکیم پروفیسر ڈاکٹر محمد رشید)

سندھی: سہانجڑ — انگریزی:

Horse Redesh Moringa Flower

سہانجنہ ایک درخت ہے جو 20 سے 30 فٹ تک اونچا ہوتا ہے اور اس کو ایک سال کے اندر دو تین مرتبہ پھل اور پھول لگتے ہیں۔ اس کی پھلیاں تقریباً ایک فٹ لمبی اور انگلی کے برابر موٹی ہوتی ہیں۔ پھلیوں سے تکونے تخم نکلتے ہیں۔ اس درخت کے تنے سے گوند بھی نکلتا ہے۔ پھولوں کی رنگت کے لحاظ سے اس کی دو قسمیں ہیں۔ سفید پھول والا اور سرخ پھول والا۔ اس کا مزاج گرم وخشک درجہ سوم ہے۔

اس کی پھلیاں سالن پکانے اور اچار بنانے کے کام آتی ہیں۔ اس کا اچار مزے دار اور منفرد ہوتا ہے۔ اس میں وٹامن بی، جی اور ای شامل ہوتے ہیں۔ اس کی جڑ کا بھی اچار ڈالا جاتا ہے۔ اس کی خاصیت ادرک سے ملتی جلتی ہے۔ یہ ایسا درخت ہے کہ اس کے پھولوں' پھلیوں' گوند اور جڑ کو استعمال میں لایا جاتا ہے۔ پھلی سہانجنہ کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

1۔ بھوک لگاتی ہے۔ (2) ریاح کو خارج اور درد شکم کو دور کرتی ہے۔ (3) نظر کو تیز کرنے میں یہ پھلی بہترین چیز ہے اور یہ جسم سے پتھری توڑ کر خارج کر دیتی ہے۔ (4) جگر کو درست کرتی ہے۔ معدہ کو درست کرتی ہے اور پیٹ کے کیڑوں کو ہلاک کرنے میں بے حد مفید سبزی ہے غرضیکہ مقوی معدہ ہے۔ (5) دمہ اور کھانسی میں اس کا سالن بے حد مفید ہے اور متواتر استعمال سے یہ امراض ختم ہو جاتے ہیں۔ (6) وجع مفاصل' درد کمر' فالج اور لقوہ کیلئے مفید ہے۔ (7) مدر بول اور ہاضم ہونے کی وجہ سے اس کی جڑ کا پانی دودھ میں ملا کر پلانا اندرونی اورام' ورم طحال' ضعف اشتہا' دمہ اور نقرس میں مفید ہے۔ (8) گلے کی سوزش کی صورت میں اس کی جڑ کے جوشاندے سے غرارے کرنے سے تکلیف بالکل دور ہو جاتی ہے۔ (9) اس کی پھلیوں یا پھولوں کا سالن تلی کے ورم کو ختم کر دیتا ہے۔ (10) سہانجنے کے بیج پیس کر پھانکنے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ مقدار خوراک ایک ماشہ روزانہ ہمراہ پانی یا دودھ۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اگر لولگ جائے تو: پیاز کا رس نکال کر اسے پی لیجئے۔ چند بار ایسا کرنے سے مکمل افاقہ ہوگا۔

بے ربط گفتگو ✿ شادی کے بعد ✿ زبان و بیان ✿ بے چینی الجھن ✿ معذوری ✿ اپنا پرایا

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

بے ربط گفتگو

میری ذہنی صلاحیتیں پوری طرح کام نہیں کرتیں۔ کسی بات کو پڑھنے یا سننے کے بعد اسے دہرانے میں مشکل ہوتی ہے۔ بات کرتے کرتے بہت سی باتیں ذہن سے نکل جاتی ہیں اور گفتگو کا سلسلہ بے ربط ہو جاتا ہے۔ دوسری مشکل یہ ہے کہ اپنی بات کو اچھے طریقے سے بیان نہیں کر سکتی۔ الفاظ ذہن میں نہیں آتے۔ انہی وجوہات کی بنا پر لوگوں سے بات کرنے سے گریز کرتی ہوں۔ میں ذہن کی حرکت تیز کرنے کیلئے کوئی مشق و عمل کرنا چاہتی ہوں۔ کیا جلد رشتے کیلئے اور اچھی جگہ ہونے کیلئے سورۃ اخلاص کا وظیفہ بھی اس کے ساتھ پڑھ سکتی ہوں۔ (عنبرین' حیدر آباد)

جواب: ذہنی حرکات پر کنٹرول حاصل کرنے کا ایک طریقہ سانس کا عمل ہے۔ نماز فجر کے بعد آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آہستگی سے سانس اندر لیں اور باہر نکالیں اور پوری توجہ سانس کے عمل پر مرکوز رکھیں۔ جب بھی سانس اندر جائے اور سینہ سانس سے بھر جائے ایک بار یارحیم پڑھ لیا کریں۔ مسلسل دس پندرہ منٹ تک یہ عمل کیا جائے۔ بعد ازاں اکتالیس بار **یَا اَللّٰہُ، یَا مُرِیْدُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے سورۃ **یٰسٓ** پڑھیں اور **یَا حَفِیْظُ** پڑھتے پڑھتے سو جائیں۔ رشتے اور شادی کیلئے آپ کو سورۃ اخلاص کے وظیفے کی اجازت ہے۔

اپنا پرایا

میرا ایک بھائی ہے جو برسر روزگار ہے لیکن والدین کی باتوں پر توجہ نہیں دیتا' ہم بھی کوئی بات سمجھاتے ہیں تو دلچسپی نہیں لیتا۔ طرح طرح سے اسے سمجھایا ہے لیکن یوں لگتا ہے کہ ہم نے اس سے کوئی بات کہی ہی نہیں ہے۔ ہمارا مشاہدہ ہے کہ اسے گھر والوں کی کوئی بات اچھی نہیں لگتی یوں خاموش ہو جاتا ہے کہ جیسے وہ سن ہی نہ رہا ہوں' گھر کے باہر کے لوگوں کی باتیں نہ صرف سنتا ہے بلکہ عمل بھی کرتا ہے۔ خالہ اور نانی کی باتوں پر بھی فوراً عمل کرتا ہے لیکن والدین اور ہماری بالکل نہیں سنتا۔ (جاوید، گجرات)

جواب: **یَا حَفِیْظُ** (پانچ بار) **یَا وَدُوْدُ** (پانچ بار) پڑھ کر ایک کاغذ پر دم کریں اور کاغذ پر یہی اسماء لکھ کر بھائی کے تکیے کے کپڑے کے اندر رکھ دیں۔ روزانہ رات کو جب بھائی سو جائے تو یہی اسماء آپ کی والدہ تین بار پڑھ کر آنکھیں بند کریں اور تکیے کا تصور کر کے دم کر دیا کریں۔ خالہ اور نانی سے کہیں کہ وہ آپ کے بھائی کے خیالات کو جاننے کی کوشش کریں کہ وہ کون سے عوامل ہیں جن کی وجہ سے بھائی گھر والوں کی باتوں کو اہمیت نہیں دیتا، مناسب طریقے سے ان کا ازالہ کیا جائے۔

معذوری

میرے شوہر چھ سالوں سے ریڑھ کی ہڈی میں حرام مغز پر دباؤ کی وجہ سے بیمار چلے آرہے ہیں' شروع شروع میں ٹانگیں اچانک کام کرنے سے جواب دے جاتی تھیں اور تین چار دن بعد کہیں جا کر چلنے پھرنے کے قابل ہوتے تھے۔ علاوہ ازیں ٹانگوں کے عضلات میں بے حد کھنچاؤ پیدا ہو جاتا تھا، جس کی وجہ سے شوہر بمشکل چل پھر سکتے تھے، یہ سلسلہ چھ سالوں سے جاری ہے۔ کئی جگہوں سے علاج کراتے رہے ہیں لیکن آرام نہیں آیا ہے۔ شوہر بہت کمزور ہو گئے ہیں اور بڑی مشکلوں سے چل پھر سکتے ہیں۔ بیٹھ جائیں تو کھڑے نہیں ہو سکتے۔ مسلسل بیماری نے بے حد کمزور کر دیا ہے۔ مالی حالات بھی خراب تر ہو گئے ہیں۔ صحت یابی کیلئے محفل مراقبہ میں اجتماعی دعا کرا دیں اور کوئی ورد یا اسم بھی بتا دیں جو صحت کیلئے پڑھا جائے۔ (آصفہ پروین، فیصل آباد)

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو کوئی شخص باوضو ہو کر آپ کے شوہر کی گردن کے پیچھے جہاں ریڑھ کی ہڈی شروع ہوتی ہے' ہاتھ رکھ کر **یَا اَللّٰہُ یَا رَبَّ الرَّحِیْمُ یَا رَبَّ الرَّحِیْمُ یَا رَبَّ الرَّحِیْمُ یَا اَللّٰہُ یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ** سات بار پڑھے اور پھر ہاتھ اٹھا کر اس جگہ دم کر دیا کرے' شوہر سے کہیں کہ یہ الفاظ کسی کاغذ پر لکھ کر اپنے کمرے میں آویزاں کر لیں اور دن رات میں کئی بار چند منٹ پوری توجہ سے دیکھتے ہوئے پڑھ لیا کریں' اللہ تعالیٰ اپنی رحمت فرمائیں' قارئین سے عرض ہے کہ وہ بھی دعا کریں۔

سر درد برداشت نہیں ہوتا

دو سال پہلے میرے سر میں درد شروع ہوا اور جب سر درد ہوتا ہے تو میں برداشت نہیں کر سکتا اور کسی دوا سے بھی آرام نہیں آتا ہے۔ اب حال یہ ہے کہ میرا دماغ سن ہو جاتا ہے اور عجیب وغریب قسم کے خیالات ذہن میں آنے لگتے ہیں، علاوہ ازیں ہاتھوں میں بھی لرزش پیدا ہو جاتی ہے، جسم میں ہلکا ہلکا درد شروع ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ دماغ کی رگیں پھول جاتی ہیں۔ علاج سے ابھی تک کوئی فائدہ ظاہر نہیں ہوا ہے، طبیعت خراب ہوتی ہے تو کسی سے بات کرنے کو جی نہیں چاہتا، پورے جسم سے طاقت سلب ہو جاتی ہے۔ (عبداللہ)

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو کسی وقت کوئی شخص وضو کر کے آپ کو سامنے بٹھائے اور ایک بار یا اللہ پڑھ کر آپ کے سر پر یا اللہ (جس طرح لکھا ہے) انگشت شہادت سے لکھ کر سر پر دم کر دیا کرے' یہ عمل تین بار کیا جائے یعنی تین بار یا اللہ پڑھ کر اور لکھ کر دم کیا جائے' اس کے ساتھ ساتھ کسی خصوصی معالج کے مشورے سے طبی معائنہ کرائیں تا کہ صحیح وجہ سامنے آئے اور اس کے مطابق احتیاطی تدابیر بھی اختیار کریں۔

ذہن کسی بات کو محفوظ نہیں رکھتا

میرے ذہن میں مختلف النوع خیالات آتے رہتے ہیں اور کسی ایک خیال، ارادے اور عمل پر ذہن رکتا نہیں ہے۔ خیالی دنیا میں طرح طرح کی باتیں سوچ لیتا ہوں۔ شاید خیالات کی وجہ

سے حصول علم میں بھی مشکلات کا سامنا ہے اور مطالعے کے بعد ذہن کسی بات کو محفوظ نہیں رکھتا۔ مجھے ذہنی و خیالی پریشانیوں کیلئے کوئی وظیفہ یا مشق بتادیں۔ (عبدالودود، سندھ)

جواب: نماز فجر اور نماز عشا کے بعد چھیاسٹھ بار یا سو بار **بِحَوْلِ وَّ قوة لَااِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس عمل کو کم از کم چالیس روز ضرور کیا جائے اگر درمیان میں کچھ دن مجبوراً ترک ہو جائیں تو وہ بعد میں پورے کر لیے جائیں۔

زبان وبیان

بات کرتے ہوئے بہت سے الفاظ ادا کرنے میں مشکل پیش آتی ہے۔ یہ مشکل گزشتہ ایک برس سے پیش آ رہی ہے۔ اس سے پہلے یہ حال نہ تھا۔ کلاس میں بھی جواب دیتے ہوئے یا پڑھتے وقت زبان ساتھ نہیں دیتی اور ہکلانے کی سی حالت پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ کیفیت سکول میں یا گھر میں زیادہ ہوتی ہے، کسی اور جگہ ایسا بہت کم ہوتا ہے۔ میرا ذہن بھی پوری طرح ساتھ نہیں دیتا چنانچہ جلد غصے میں آ جاتا ہوں، اہم باتیں بھی جلد ذہن سے نکل جاتی ہیں۔ (سلیم شاہ، بلوچستان)

جواب: نماز فجر کے بعد پانی پر ایک بار **یَاوَدُوْدُ** دم کر کے پی لیا کریں' رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو وضو کریں' آنکھیں بند کر کے لیٹ جائیں اور ذہن کو تمام خیالات سے خالی کر لیں **یَااَللّٰهُ یَا مُرِیْدُ** کا ورد دل ہی دل میں کرتے رہیں اور پوری توجہ الفاظ پر قائم رکھیں' یہ ورد کرتے رہیں یہاں تک کہ نیند آ جائے۔ جب بھی باتیں کریں ٹھہر ٹھہر کر کریں' چاہے بولنے میں آسانی ہی کیوں نہ ہو۔ انشاء اللہ کچھ عرصے میں شعوری کمزوری پر قابو پالیں گے۔

سسرال والے

میں ایک دکھی اور غریب لڑکی ہوں۔ شوہر کی پسند سے شادی ہوئی۔ خاوند اچھے ہیں لیکن سسرال والے ایسے مواقع کی تلاش میں رہتے ہیں کہ ہمارے تعلقات خراب کرا کے طلاق دلوادیں۔ شادی کو دو سال ہو گئے ہیں لیکن اولاد کی امید نظر نہیں آتی۔ اب سسر صاحب شوہر کو اس بات کے حوالے سے اکسا رہے ہیں۔ ہم میاں بیوی نماز کے پابند ہیں' بہت سے وظائف بھی پڑھے لیکن ابھی تک صورت حال وہی ہے' ڈاکٹروں کے مطابق ہم دونوں ٹھیک ہیں۔ (حنا، کوئٹہ)

جواب: اولاد کیلئے نماز عشاء کے بعد سورہ یٰسین ایک بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے آپ اور آپ کے شوہر پی لیا کریں جہاں تک ازدواجی حالات کا تعلق ہے تو آپ کو بھی یقین و استقامت سے کام لینا چاہیے جبکہ آپ کے شوہر بھی اچھے ہیں تو آپ کا اعتماد کمزور نہیں ہونا چاہیے۔ ضرورت سے زیادہ خدشات بھی تعلقات اور ازدواجی معاملات کو بے رنگ کر دیتے ہیں، آپ رات کو سونے سے پہلے یا نماز فجر کے بعد اکتالیس بار **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يَا اَللّٰهُ يَا كَرِيْمُ** پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں' انشاء اللہ حالات خراب نہیں ہوں گے۔

بے چین الجھا رہتا ہوں

میں نے اس سال انٹر کا امتحان پاس کیا ہے۔ اس عرصے میں اور آج کل بھی ناپاک خیالات کا شکار ہوں۔ لاکھ کوشش کرتا ہوں کہ ذہن ہٹا دوں لیکن وہ مجھ پر حاوی آ جاتے ہیں۔ ان خیالات کی وجہ سے پڑھائی میں بھی یکسوئی حاصل نہیں ہوتی۔ ذرا سا پڑھنے کے بعد سمجھنے لگتا ہوں کہ میں نے بہت پڑھ لیا ہے اور پھر آج کا کام کل پر ٹال دیتا ہوں۔ ذہن ہر طرف بے چین اور الجھا ہوا رہتا ہے۔ نماز میں بھی یہی ذہنی حالت رہتی ہے اور بسا اوقات پریشان ہو کر نیت توڑ دیتا ہوں' خود کو خطا کار سمجھنے لگا ہوں۔ (فرقان، ملتان)

جواب: رات کو سونے سے پہلے اندھیرے میں بیٹھ جائیں اور نصف گھنٹے تک '**یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ**'' کا ورد کرتے رہیں اور پھر کسی سے بات کیے بغیر سو جائیں' نماز فجر کے فوراً بعد ایک تسبیح '**یَاسَلَامُ الْمُهَيْمِنُ الْقُدُّوْسُ**'' پڑھ کر اپنے قلب پر دم کر دیا کریں۔ انشاء اللہ ذہنی انتشار اور پراگندگی سے نجات مل جائے گی۔ نماز فجر اور ورد کے بعد پندرہ منٹ خالی الذہن ہو کر چہل قدمی ضرور کیا کریں۔

شادی کے بعد

میں نے بیٹی کی شادی غیروں میں کی اور ان کا ہر طرح سے خیال رکھا لیکن شادی کے دس بارہ دنوں کے بعد ہی انہوں نے تنگ کرنا شروع کر دیا اور تین ماہ بعد زدوکوب کر کے بیٹی کو ہمارے گھر چھوڑ گئے ہیں۔ گھر کا ہر فرد انتہائی کرب میں ہے۔ میں مختلف تسبیحات اور دعائیں پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کر رہا ہوں۔ میری بیٹی کے حالات بہتر ہونے کیلئے آپ کوئی دعا بتادیں۔ میں ایک ریٹائرڈ آدمی ہوں۔ کوئی ذریعہ معاش بھی نہیں ہے۔ اس طرف سے بھی انتہائی پریشان ہوں۔ (فرخ شاہ۔ کوئٹہ)

جواب: بیٹی سے کہیں کہ وہ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح "**یَااَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ**" پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں اپنے حالات کے مطابق دعا کیا کرے' انشاء اللہ جو کچھ اس کیلئے بہتر ہو گا جلد ظاہر ہو جائے گا۔ معاشی پریشانیوں اور مختلف مسائل کیلئے آپ نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار "**یَابَدِیْعُ**" پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے دربار میں دعا کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ آپ پر جلد فضل و کرم فرمادیں۔

دادی مرحومہ

میری دادی کا انتقال ہو گیا ہے، میری آنکھوں کے سامنے ان کا چہرہ آتا رہتا ہے اور ان کی باتیں بار بار ذہن میں آتی ہیں۔ ان باتوں سے طبیعت خراب ہو جاتی ہے اور سر میں درد ہونے لگتا ہے۔ آدھی رات کو آنکھ کھل جائے تو بھی ان کا چہرہ نگاہ تصور کے سامنے آ جاتا ہے۔ دوسری بات یہ ہے کہ مجھے وہم بھی بہت ہوتا ہے اکثر یہ خیال آتا ہے میں جلد مرنے والی ہوں' ان سب باتوں کی وجہ سے میرے اندر اعتماد اور یقین کم ہو گیا ہے۔ (ثنا، کراچی)

جواب: نماز عشاء کے بعد ایک تسبیح '**اَلْعَظَمُ لِلّٰهِ مَافِی السَّمٰوٰتِ**'' کی پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں اس وظیفے کو کم از کم چالیس روز پڑھیں' انشاء اللہ مذکورہ بالا تمام خیالات اور وہموں کا سد باب ہو جائیگا اور ذہن ایک نقطے پر مرکوز ہو جائے گا۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

رب کے نام کی برکت

غلام مرتضیٰ زاہد

ایک دفعہ میں نے اسی کو بلایا اور کہا کہ باقی شاگرد جاتے ہیں تو دیر سے آتے ہیں۔تم جاتے ہو اور جلد واپس آجاتے ہو' آخر تم کون ہو؟ اس نے کہا اگر آپ غلطی معاف کریں تو بتاؤں۔ اس نے کہا میں جن ہوں۔ یہاں تعلیم حاصل کرنے کیلئے آیا ہوں۔

کچھ دن پہلے میرے بھائی نے کہا کہ مجھے کوئی وظیفہ بتاؤ میری موبائیل کی سم گم ہوگئی ہے۔ میں نے ایک آیت اور 119 مرتبہ **یَا حَفِیْظُ** عبقری میں پڑھا تھا، میں نے اسے صرف **یَا حَفِیْظُ** 119 مرتبہ پڑھنے کو کہا، آیت بھول گیا۔ اللہ نے اپنے نام کی برکت سے اس کو سم دی اور ایک لڑکے کے پیسے گم ہوگئے وہ بھی مل گئے۔

ہمارے یہاں بنوں عاقل میں گدی نشین بانجی شریف کے بزرگ نے میرے والد صاب کو ایک قصہ سنایا کہ میں طلباء کو پڑھاتا تھا۔ پہلے زمانے میں گاڑیاں نہیں تھیں۔ پیدل سفر کرنا پڑتا تھا۔ روز کسی نہ کسی طالب علم کو شہر سے کچھ منگوانے کیلئے بھیجتا تھا۔ وہ صبح جاتے اور شام کو آتے تھے۔ ان میں سے ایک طالب جاتا اور جلد ہی چیزیں بازار سے خرید کر لے آتا۔ طالب علموں نے کہا کہ سائیں یہ طالب علم بڑا چست ہے، اسے بھیجا کریں۔ ایک دفعہ میں نے اسی کو بلایا اور کہا کہ باقی شاگرد جاتے ہیں تو دیر سے آتے ہیں۔تم جاتے ہو اور جلد واپس آجاتے ہو، آخر تم کون ہو؟ اس نے کہا اگر آپ غلطی معاف کریں تو بتاؤں۔ اس نے کہا حضرت میں جن ہوں۔ یہاں تعلیم حاصل کرنے کیلئے آیا ہوں۔ حضرت نے کہا! تم میرے شاگردوں کو پریشان نہ کرو گے، اس نے وعدہ کیا۔ پھر حضرت کی دعوت کی اور کہا ایک کھانا آئے گا وہ نہ کھایئے گا۔ بالآخر آپ ساتویں نمبر کا کھانا کھایئے گا۔ حضرت جی وہاں گئے، بڑے انتظامات تھے۔ جنگل میں منگل، حضرت کیلئے کھانا آیا لیکن ساتواں نمبر کھایا۔ سب جن خوش تھے۔ حضرت سے کہا کہ آپ کا اگر ہمارے لیے حکم ہے تو بتائیں۔ حضرت جی نے کہا کہ سب (جن) آپ وعدہ کرو کہ تم جن میرے گاؤں والوں کو تنگ نہیں کرو گے۔ سب نے وعدہ کیا، آج تک اس گاؤں میں برکت ہے، پہلے کسی نہ کسی کی کوئی چیز گم ہوجاتی تھی آج تک وہ سکون سے رہ رہے ہیں۔

ایک گاؤں کے حاجی کسی دوسرے دوست کے پاس دعوت پر گئے۔ وہ رات کو سو رہے تھے کہ اچانک پیشاب کیلئے جانا پڑا، جن نے اس کے دوست کا روپ دھار کر کہا چلو آپ کو ادھر پیشاب کی جگہ دکھاتا ہوں، وہ چلتے رہے کئی میل چلتے رہے، وہ حاجی سمجھ گیا کہ جن ہے وہ اسے لے جارہا ہے تو اس نے آیت الکرسی پڑھنی شروع کی پھر جان چھوٹی۔

یٰبُنَیَّ اِنَّھَآ اِنْ تَکُ مِثْقَالَ سے لے کر اِنَّ اللّٰہَ لَطِیْفٌ خَبِیْرٌ o تک پڑھیں۔

(سورلقمان کی آیت نمبر 16 ہے)

(بقیہ: نا اتفاقی/رشتوں کی بندش)

کو باقاعدگی سے پڑھا تو میری مشکلات حل ہونی شروع ہوگئی اور دین کی طرف رغبت بڑھنے لگی اور میرے دل کو عجیب سا سکون میسر ہوگیا ہے۔ کچھ عرصہ کے بعد میں اپنی سہیلی کو لے کر حکیم صاحب کے پاس آئی۔ حکیم صاحب نے میری بات کو توجہ سے سنا اور ایک وظیفہ دیا جس کو 41 دن کے اندر سوالاکھ دفعہ پورا کرنا تھا۔ روحانی محفل کی برکت سے وہ وظیفہ 41 دن سے پہلے ہی ختم ہوگیا۔ اور اس کا شوق اور زیادہ بڑھ گیا۔ دوبارہ حکیم صاحب نے اسی وظیفہ کو مزید سوالاکھ دفعہ پڑھنے کو کہا۔ اس دفعہ سوالاکھ دفعہ مکمل ہونے سے پہلے میں نے محسوس کیا کہ میرے گھر سے نااتفاقی، بیٹیوں کے رشتوں کی بندش، جادو کے اثرات حتیٰ کہ ہر قسم کی مشکلات ختم ہو رہی تھیں۔ سب سے بڑھ کر میری اولاد میری فرمانبردار ہوگئی۔ میرا حکیم صاحب سے تعلق اس روحانی محفل کی وجہ سے مزید بڑھ گیا۔ قارئین سے التماس کرتی ہوں کہ ماہنامہ عبقری میں شائع ہونے والی ماہانہ روحانی محفل میں ضرور شرکت کیا کریں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔ (مراسلہ: شگفتہ، لاہور)

تقویت معدہ مقوی معدہ

معدہ کے لیے مفید ہے، بھوک لگاتا ہے جسم میں خون پیدا کرتا ہے۔ ہر شے ہضم ہوتی ہے۔ ریح خارج ہوتی ہے مولد خون، مقوی معدہ ہے اکسیر چیز ہے۔

نسخہ ھوالشافی: سونٹھ 2 تولہ، نمک سیاہ 2 تولہ، ہینگ 4 تولہ۔ لونگ، خولنجان، مرچ سیاہ، فلفل دراز، الائچی خورد، کباب چینی، مصطگی، پیلا مول ایک ایک تولہ کا سفوف بنالیں۔ پھر لیموں کا پانی ایک پاؤ، ادرک کا پانی ایک پاؤ، کنوار گندل گھیگوار کے پانی میں باری باری تر وخشک کریں پھر گولی بنالو۔ 1 تا 2 گولی صبح شام ہمراہ پانی اثرات خود ملاحظہ کریں۔ (شوکت شاہین)

پُر امن زندگی؟

آدمی اگر ہمیشہ قناعت کا طریقہ اختیار کرے تو وہ کبھی ذلت اور ناکامی سے دوچار نہیں ہوسکتا (مولانا وحیدالدین خاں)

مسٹر بوکاسا (Jean Bedel Bokassa) 1921ء میں پیدا ہوئے۔ وہ سنٹرل افریقہ کی فوج میں جنرل تھے۔ وہ اپنے اس عہدہ پر قناعت نہ کرسکے' جنوری 1966ء میں انہوں نے فوجی بغاوت کردی اور صدر ڈیوڈ ڈیکو (David Dacko) کو معزول کر کے خود سنٹرل افریقہ کے صدر بن گئے۔ جنرل بوکاسا صدر بوکاسا بن کر بھی قانع نہیں ہوئے، کیونکہ انہیں اندیشہ تھا کہ اگلے الیکشن میں وہ صدارت کھودیں گے۔ چنانچہ 1976ء میں انہوں نے پارلیمنٹ کو ختم کر کے اپنے شہنشاہ (Emperor) ہونے کا اعلان کر دیا۔ اب انہوں نے تاج پہن لیا اور شہنشاہ بوکاسا کہے جانے لگے۔

تاہم مسئلہ اب بھی ختم نہیں ہوا۔ اب شہنشاہ بوکاسا کا سامنا اس چیز سے تھا جس کو انسائیکلو پیڈیا برٹانیکا (3/1100) نے سیسی (Realities of french economic control) سے تعبیر کیا ہے۔ سنٹرل افریقہ کی قیمتی کانیں فرانس کے قبضہ میں تھیں۔ نئے سیاسی نظام میں فرانس کو اپنا اقتصادی مفاد خطرہ میں نظر آیا۔ چنانچہ فرانس کی مدد سے 1980ء میں ایک اور فوجی انقلاب ہوا اور مسٹر ڈیوڈ ڈاکو دوبارہ سنٹرل افریقہ کے صدر بنادیئے گئے۔ جون 1987ء میں بوکاسا کو پھانسی دیدی گئی۔ انقلاب کے بعد مسٹر بوکاسا ملک سے باہر جانے میں کامیاب ہوگئے تھے وہ اکتوبر 1986ء میں دوبارہ سنٹرل افریقہ واپس آئے۔ ملک میں داخل ہوتے ہی انہیں گرفتار کرلیا گیا (انڈین ایکسپریس 9 جون 1987ء) ان کے اوپر سنگین الزامات تھے۔ مثلاً 40 آدمیوں کو قتل کرانا' سرکاری خزانہ سے کروڑوں ڈالر رشوت دینا وغیرہ' اسٹیٹ پراسیکیوٹر مسٹر جبریل مبودو نے بینگوئی (Bangai) کی کریمنل عدالت سے کہا تھا کہ مسٹر بوکاسا نے اپنے 14 سالہ زمانہ حکومت میں جو جرائم کیے ہیں اس کے بعد ضروری ہے کہ انہیں موت کی سزا دی جائے۔ 8 جون 1987ء کو مسٹر بوکاسا کی پیشی عدالت میں ہوئی تو انہوں نے اپنا بیان دیتے ہوئے کہا کہ آج میں صرف یہ چاہتا ہوں کہ معمولی شہری کی حیثیت سے پُرامن زندگی گزاروں۔

آدمی اگر قناعت کا طریقہ اختیار کرے تو وہ کبھی ذلت اور ناکامی سے دوچار نہ ہو۔

منہ کے چھالوں کیلئے: کافور اور کتھہ لیجئے اور اسے پیس کر دن میں تین چار بار ان چھالوں پر ملیے، ان شاء اللہ افاقہ ہوگا۔

مسلمان جن کا غسلِ میت

غسل دینے کے بعد انہوں نے ایک ڈبیہ دی غالباً اس میں زعفران تھا، کہا کہ جسم پر روحانی کلمات لکھیے۔ پھر ایک سبز کپڑا لایا گیا جس پر سنہری تاروں سے جو غالباً سونے کے تھے سے اللہ پاک کا نام لکھا ہوا تھا۔ میت پر یہ کپڑا اڈالا گیا (عفان اقبال، اسلام آباد)

حیدرآباد کے خادم نے اس طرح سے اپنی زندگی کا ایک حیران کن واقعہ تحریر کیا ہے کہ ایک دن میرے پاس ایک صاحب سفید لباس میں ملبوس اور زلفیں سجائے تشریف لائے اور فرمانے لگے کہ ہمارے والد صاحب کا انتقال ہوگیا ہے انہیں غسل دینا ہے۔ میں ان کے ساتھ گاڑی میں سوار ہوکر ایک علاقے میں پہنچا تو یہ دیکھ کر چونک اٹھا کہ وہاں پر کسی فوتگی کے نہ تو کوئی آثار تھے اور نہ ہی سوگوار افراد۔ بہر حال میں اندر پہنچا تو کمرے میں ایک جیسے حلیے کے صرف پانچ افراد تھے اوران لوگوں نے سفید لباس پہنا ہوا تھا۔ اوران کی پیشانیاں کثرت سجود کی علامت سے مزین تھیں، چہرے پر نور تھے۔ ان پراسرار افراد کو دیکھ کر نہ جانے کیوں میرے دل کی دھڑکن تیز ہوگئی کہ کہیں میں جنات کے درمیان تو نہیں۔ جب میں نے میت کے چہرے سے چادر ہٹائی تو ایک نورانی چہرہ سامنے تھا۔ یہ ضعیف العمر بزرگ تھے جن کے چہرے پر سنت کے مطابق داڑھی تھی۔ انہوں نے فرمایا میں آپ کو سنت کے مطابق آداب غسل بتاتا ہوں آپ میت کو غسل دیں۔ ان میں سے ایک صاحب دوسرے کمرے سے میت پر بطور پردہ ڈالنے کیلئے سفید موٹا تولیا لے آئے۔ غسل دینے کے بعد انہوں نے ایک ڈبیہ دی غالباً اس میں زعفران تھا، کہا کہ جسم پر روحانی کلمات لکھیے۔ پھر ایک سبز کپڑا لایا گیا جس پر سنہری تاروں سے جو غالباً سونے کے تھے سے اللہ پاک کا نام لکھا ہوا تھا۔ میت پر یہ کپڑا ڈالا گیا، جب میں غسل سے فارغ ہوا تو ان میں سے ایک صاحب نے میری کمر پر تھپکی دی اور کہا، بعد نماز ظہر جنازہ میں شرکت کیلئے ممکن ہو تو ضرور آیئے گا۔ واپسی پر بھی ان کے علاوہ گھر میں اور باہر اور کوئی دوسرا نظر نہ آیا۔ پھر جو صاحب مجھے لائے تھے انہوں نے گاڑی پر بٹھایا اور واپس روانہ ہوئے۔ مگر کچھ آگے جانے کے بعد کہنے لگے ''یہاں سے آپ خود چلے جائیں'' میں نے اطمینان کا سانس لیا کیونکہ مجھے گھبراہٹ سی ہونے لگی تھی۔ میں تشویش کے عالم میں واپس لوٹ آیا۔ بعد میں جب میں نے اس علاقے کی مسجد کے ذمہ داران سے معلوم کیا تو ان سب نے کسی بھی گھر میں میت ہونے سے لاعلمی ظاہر کی۔ میں ذمہ داران کے ہمراہ اس گھر کی تلاش میں نکلا تو نہ گھر ڈھونڈ سکا نہ ہی ''ان پراسرار افراد'' کا کوئی سراغ ملا۔

بعد میں اس علاقے کے کئی لوگوں سے معلومات لی گئی، مسجد کے نمازیوں تک سے پوچھا گیا مگر حیرت انگیز بات یہ تھی کہ وہاں اس تاریخ اور اس دن میں نہ کسی کے انتقال کی اطلاع تھی اور نہ ہی مسجد سے کسی کے انتقال کا اعلان ہوا تھا۔ جب کہ میت کے وارثوں میں سے ایک شخص نے کہا تھا کہ غسل مسجد کے برابر والی گلی میں ہی دیا گیا تھا۔ جس شخص نے یہ واقعہ تحریر کیا ہے اس کا کہنا ہے کہ مجھے یوں لگتا ہے کہ جس مرحوم کو میں نے غسل دیا ہے وہ کوئی نیک پاک ''جن'' تھے جو اللہ کے احکامات اور سنت محمدی ﷺ پر اپنی زندگی میں عمل پیرا تھے اور مسلمان جن تھے۔

میری زندگی کا عجیب واقعہ

1993ء ستمبر، اکتوبر کی بات ہے۔ ہماری جماعت کی تشکیل کوٹ مظفر ضلع میلسی میں ہوئی۔ کوٹ مظفر میلسی شہر سے 9 کلو میٹر کے فاصلہ پر واقع ہے۔ دو ساتھی لاہور سے ہماری نصرت کیلئے چلے۔ انہیں میلسی پہنچتے ہوئے رات ہوگئی۔ تقریباً 11 بجے وہ دونوں حضرات گاؤں کوٹ مظفر پہنچ گئے۔ گاؤں پہنچ کر وہ پریشان کہ پتہ نہیں کونسی مسجد میں جماعت ٹھہری ہوئی ہے۔ اتنی رات کو گاؤں میں کوئی فرد بھی نظر نہ آئے کہ جس سے پتہ کریں۔ اتنے میں کیا دیکھتے ہیں کہ ایک بچہ جس کی عمر کوئی 10 سال کے لگ بھگ ہوگی، سامنے سے آرہا ہے۔ انہوں نے اللہ کا شکر ادا کیا کہ چلو کوئی تو نظر آیا۔ انہوں نے اس جماعت کے بارے میں پوچھا تو اس بچے نے کہا کہ ہاں مجھے معلوم ہے آپ میرے ساتھ آئیں۔ یہ اس کے پیچھے چل پڑے۔ اس نے انہیں مسجد کے دروازے پر لاکر کھڑا کردیا۔ انہوں نے مسجد کے دروازے پر پہنچ کر پیچھے مڑ کر دیکھا تو وہ بچہ غائب ہو چکا تھا۔

حیرانگی کی بات یہ تھی کہ گاؤں کے ماحول میں اتنی رات کو جہاں کوئی مرد نظر نہیں آرہا تھا۔ ایک بچے کا مل جانا پھر اسے یہ بھی معلوم ہونا کہ جماعت کس مسجد میں ہے، انتہائی غیر معمولی بات تھی۔ اللہ جانے وہ کوئی جن تھا یا کوئی اور کہ جسے اللہ تعالیٰ نے ان کی مدد کیلئے بھیجا۔ (محمد زبیر، سرگودھا)

عبقری سے فیض پانے والے

فقیر کی بددعا سے نسلوں میں بیماری چلی آئی

میرا یہ مسئلہ ہے کہ ہاتھ، پاؤں اور چہرے وغیرہ پر نقطے نما نشان ہیں، ہلکے سیاہ۔ ہماری بڑی بزرگ اس کے بارے میں بتاتی ہیں کہ ہماری کوئی دادی نانی وغیرہ تین چار نسل پہلے بہت خوبصورت تھیں۔ کوئی فقیر بھیک مانگنے آیا اسے یہ بیماری تھی۔ اس نے خیرات مانگی۔ وہ دینے آئیں مگر فقیر کی شکل دیکھ کر نفرت سے واپس ہوگئیں اور کسی دوسرے سے کہا فقیر کو خیرات دے دو، مگر فقیر بھی بضد ہوگیا کہ لوں گا تو اسی کے ہاتھ سے لونگا۔ اس نے اپنی دادی کو کہا کہ اس بدصورت آدمی کو میں خیرات نہیں دونگی۔ اس پر اس فقیر نے بددعا دی کہ تمہاری سات نسلوں میں یہ بیماری رہے گی۔ مجھے کچھ ہلکے ہیں لیکن امی کو بہت زیادہ ہیں ان کو تو محسوس بھی ہوتے ہیں۔ جلد کے ڈاکٹر سے علاج کروایا کچھ عرصہ تک کچھ فائدہ ہوا تھا مگر ہمارے ایک کزن ڈاکٹر ہیں، انہوں نے ڈانٹ دیا کہ اس بیماری کا کوئی علاج نہیں ہے۔ ہمیں تو بددعا ہے مگر اپنے خاندان کے علاوہ بھی ہم نے اس بیماری والے دیکھے ہیں، ''اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے کہ میں نے کوئی بیماری ایسی پیدا نہیں کی جس کا علاج نہ ہو'' تو کیا ابھی اس بیماری کا کوئی علاج دریافت نہیں ہوا اگر ہے تو ہمیں ضرور بتائیں، کسی نے بتایا کہ ماہنامہ عبقری میں اس بیماری کیلئے ایک عمل چھپا ہے، جس کو کرنے سے ان شاء اللہ یہ بیماری ختم ہو جائیگی۔ عمل یہ تھا کہ وتروں میں سورۃ الکافرون، سورۃ نصر اور سورۃ لھب پڑھیں اور فجر کی سنتوں کے بعد اور فرضوں سے پہلے **''یَا سَلَامُ''** ایک ہزار بار پڑھیں میں نے اس عمل کو دلجمعی اور یکسوئی کے ساتھ استقامت کے ساتھ کچھ عرصہ کیا اور آہستہ آہستہ مجھے اس بیماری سے نجات مل رہی ہے۔

(تحریر: زوجہ شفیق الرحمٰن۔ علی پور مظفر گڑھ)

معجون مقوی

محرک ہے گرم مزاج ہے تقویت کے لیے لاجواب ہے۔ اعصاب اور مقوی باہ ہے۔

نسخہ ھوالشافی: خولنجان 10 گرام، دارچینی 10 گرام، سنڈھ 15 گرام، لونگ 15 گرام، عقرقرحا 15 گرام، باریک پیس لیں۔ 10 عدد زردی انڈے دیسی اُبال کر شامل کرلیں۔ ایک پاؤ شہد ملا کر معجون بنالو۔ ایک تولہ رات کو ہمراہ سادہ دودھ کھائیں۔ (شوکت شاہین)

بسم اللہ کے کرشمات اور برکات/ بسم اللہ میں اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کا راز ہے

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کررہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

عامل بسم اللہ شریف

بسم اللہ میں اسم اعظم مخفی ہے۔ بسم اللہ ہر مرض کی دوا اور ہر بیماری کیلئے شفا ہے۔ اس کے کل حروف انیس ہیں۔ کل اعداد 786 ہیں۔ مفرد اعداد 3=1+21,2+6=8+7 ہے اس میں تمام صفات کاملہ سمائی ہوئی ہیں۔ یہ ارواح کی راحت ہے، جسموں کی نجات ہے، سینوں کا نور ہے اس کی بدولت تمام خلوتیں پرکیف ہو جاتی ہیں۔ قرآن کریم کی یہ آیات مبارکہ ہر طرح کی مشکلات و پریشانیوں کو ختم کرنے کیلئے نہایت سریع الاثر خواص رکھتی ہے۔ اس کے ذکر سے بے شمار لوگ امتحان و آزمائش میں سرخرو ہوئے۔ جس مقصد کیلئے توجہ، یکسوئی، یقین کامل اور صدق دل سے پڑھی جائے اللہ اسے کامیابی سے نوازتا ہے۔ اس کے ذکر سے دل میں کوئی غم نہیں رہتا۔ چشم نم سے امید کامیابی کے موتی بکھرتے ہیں۔ بے شمار برکات ہیں' ہر کام میں پڑھنے سے برکت ہوتی ہے۔ صدق دل سے پڑھنے والا کبھی محتاج نہیں ہوتا۔ کثرت کے ساتھ ذکر کرنے سے عالم علوی، عالم سفلی میں باعظمت اور پرسکون و شادمان ہوتا ہے۔ ہر مشکل و پریشانی کا حل صدق دل میں پڑھنے سے ہے' بیماروں کیلئے شفا' بیروزگاری کیلئے روزگار اور قلبی سکون۔

محتاج سے غنی اور بے اولاد سے صاحب اولاد بن جاتا ہے۔ بسم اللہ قرآن کریم کی کنجی ہے۔ کلام پاک کی ابتدا اسی سے ہوتی ہے۔ حضرت آدم علیہ السلام کے کثرت سے پڑھنے سے توبہ قبول ہوئی۔ حضرت نوح علیہ السلام کی کشتی کنارے لگی۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام کیلئے آگ گلزار بنی۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کو فرعون پر غلبہ حاصل ہوا۔ حضرت سلیمان علیہ السلام کی حکومت بسم اللہ کی برکت سے قائم ہوئی۔ حضور سرور کائنات ﷺ کو بسم اللہ کی برکت سے فتح عظیم و مبین حاصل ہوئی۔ بسم اللہ میں اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کا راز ہے۔

بسم اللہ کے 19 حرف' جہنم کے انیس فرشتوں سے نجات کا ذریعہ ہیں اور اللہ تعالیٰ 19 حرف کے اسرار سے مستفید فرماتا ہے۔ بسم اللہ مفتاح خزانہ قرآن ہے۔

دعا کی قبولیت کیلئے

رسول کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ ایسی کوئی دعا رد نہیں ہوتی جس کے آغاز میں **بسم اللہ** ہو۔ اللہ رحمٰن ہے اس کی رحمت دو جہانوں کے لیے ہے۔ اللہ تعالیٰ رحیم ہے کہ اس کی رحمت دلوں پر ہے۔ اللہ رحمٰن ہے وہ پریشانیاں دور فرماتا ہے مزید وہ رحیم ہے گناہ معاف فرماتا ہے۔ نعمتیں عطا کرنے والا رحمٰن و رحیم ہے بسم اللہ میں **"با"** کے اندر اللہ کے 16 اسمائے حسنیٰ کا اسرار مضمر ہے۔

مثلاً بَـارِیُ 213 آتشی مزاج' بَـصِیْـرُ عدد 302 جمالی' خاکی یُسْـرَ' عدد 202 جمالی' خاکی بَـاعِـثُ عدد 73 آتشی بَـاسِـطُ عدد 72 جمالی' بادی' باقی عدد 113 مزاج جمالی عنصر آبی ہے۔ س میں بھی 6 اسرار اسمائے حسنیٰ ہے اور م میں 12 ہیں۔ یااللہ' یارحمٰن' یارحیم کا بکثرت ذکر دافع مشکلات و باعث برکات رحمت و مغفرت مسرت و شادمانی اور کامرانی کا زینہ ہے۔

دافع مشکلات کا حل

ارشاد سرکار مدینہ ﷺ ہے کہ بسم اللہ کو اللہ تعالیٰ نے ہر مرض کی شفا' ہر دوا کی معاون' ہر فرد کیلئے تونگری' جہنم سے چھٹکارا اور دافع مشکلات ہے۔ بسم اللہ کے چار کلمے ہیں اور گناہوں کی اقسام چار ہیں۔ (1) پوشیدہ گناہ (2) ظاہری گناہ' (3) دن کے گناہ (4) رات کے گناہ۔ خلوص دل سے پڑھنے سے اللہ تعالیٰ چاروں قسم کے گناہوں کو مٹا دیتا ہے۔ ہر کام کے آغاز اور کھانا کھانے سے قبل پڑھنی چاہیے تاکہ اللہ کی رحمت شامل رہے۔ (ڈاکٹر شوکت شاہین خانیوال)

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

سورہ واقعہ کو روزی میں آسانی میں خاص دخل ہے اور اس کو دوام سے پڑھنے والے کو اللہ پاک فراخی رزق عطا کرتے ہیں اور فاقہ وتنگ دستی سے بچاتے ہیں۔ ایک عرصہ سے بندہ نے بلا ناغہ اس کی تلاوت کا معمول بنا رکھا ہے۔ الحمدللہ اس کی برکت سے کبھی فاقہ وتنگ دستی نہیں دیکھی۔ ایک دفعہ جگہ خریدنے کا ارادہ تھا مگر ذاتی مال سے یہ ممکن نہ تھا۔ ایک دوست نے ایک دن خود مجھ سے کہا کہ تمہیں کوئی جگہ خریدنی ہو تو بتانا کچھ میں قرض کے طور پر دے سکتا ہوں۔ جب آسانی ہو لوٹا دینا حالانکہ اس کو میرے اس ارادے کا علم نہ تھا۔ اللہ نے اس سورۃ کی برکت سے بہت آسانی فرمائی۔

ایک صحابی رسول ﷺ دنیا سے تشریف لے جارہے تھے کسی نے پوچھا کہ آپ کی بیٹیاں ہیں ان کیلئے آپ کیا چھوڑ کر جارہے ہیں تو فرمایا میں نے ان کو سورۃ واقعہ سکھادی ہے' مجھے ان کی تنگ دستی کا کوئی ڈر نہیں' نہ یہ کبھی فاقہ دیکھیں گی۔

بچے کی ولادت کا مسئلہ درپیش تھا ڈاکٹر نے بھی آپریشن تجویز کیا جس پر اندازاً 25 ہزار روپے کی رقم درکار تھی۔ ایک آدمی نے مجھے بلایا اور مجھے میرے ہی شعبے کا کوئی کام کرنے کو دے دیا۔ کام کچھ بڑا بھی نہ تھا، میں نے دو تین دن میں مکمل کرکے دے دیا۔ اس نے اس کام کے 20 ہزار روپے مجھے دے دیئے۔ اس طرح آپریشن کی پریشانی سے اللہ نے اس سورۃ کی برکت سے نجات عطا فرمائی۔ اب صورت حال یہ ہے کہ اس سورۃ کو پڑھنے کے بعد دل میں ایک سکون، اطمینان اور تسلی سی رہتی ہے کہ اس کی برکت سے ان شاء اللہ رزق میں تنگی نہیں ہوگی (ان شاء اللہ)۔

(ابوحذیفہ راولپنڈی)

سعادت مند اولاد

شادی کے بعد جب اللہ تعالیٰ خوشی کا دن دکھائیں اور اولاد کی امید ہوجائے تو صبح و شام سو مرتبہ **"یَـا قُدُّوْسُ"** پڑھ کر ماں اپنے پیٹ پر پھونک مارے۔ بچہ خوش اخلاق، باکردار، خوبصورت اور والدین کا فرمان بردار پیدا ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کے اس نام کی برکت سے یہ بچہ ایسے اوصاف کا حامل ہوتا ہے کہ معاشرہ میں اسے عزت کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔ (بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

معاشی اور جسمانی مشکلات سے نجات

اگر آپ نے ہر قسم کی بیماری سے شفا حاصل کرنی ہو تو (۷ یا ۱۱) دفعہ سورۃ الانعام کی آیت نمبر 17 کو جس جگہ تکلیف ہو وہاں ہاتھ رکھ کر پڑھ لو اور تھتکلا دو (تھوتھو کردو)۔ ان شاء اللہ تکلیف سے نجات مل جائے گی۔

(کامران خان، گلگت)

بسم اللہ الرحمن الرحیم۔

زیارت رسول مقبول ﷺ نصیب ہو

اِنَّ اللّٰہَ وَمَلٰٓئِکَتَہٗ یُصَلُّوْنَ عَلَی النَّبِیِّ ط یٰٓاَیُّھَا الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَیْہِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِیْمًا

بے شک اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے رحمت بھیجتے ہیں ان پیغمبر ﷺ پر۔ اے ایمان والو تم بھی آپ ﷺ پر رحمت بھیجا کرو اور خوب سلام بھیجا کرو۔ (پارہ ۲۲ سورۃ الاحزاب آیت نمبر ۵۶)

جو شخص حضور ﷺ سے ہم کلام ہونے کا یا ان کی زیارت کا خواہش مند ہو وہ رات کو سوتے وقت اس آیت کی ایک تسبیح بلا ناغہ پڑھے۔ ان شاء اللہ جلد ہی خواہش پوری ہو جائے گی۔

موذی جانور یا دشمن سے خوف ہو:

"صُمٌّ بُکْمٌ عُمْیٌ فَھُمْ لَا یَرْجِعُوْنَ" (پارہ ا سورۃ البقرہ آیت نمبر ۱۸) "ترجمہ بہرے ہیں گونگے ہیں اندھے ہیں سو یہ اب رجوع نہ ہوں گے۔"

اگر راستہ میں کسی موذی جانور یا دشمن سے خوف محسوس ہو تو (۷) دفعہ اس پر مذکورہ آیت پڑھ کر پھونکیں۔

درد اور بیماری سے شفا کیلئے:

"وَاِنْ یَّمْسَسْکَ اللّٰہُ بِضُرٍّ فَلَا کَاشِفَ لَہٗٓ اِلَّا ھُوَ ط وَاِنْ یَّمْسَسْکَ بِخَیْرٍ فَھُوَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ" (پارہ ۷ سورۃ الانعام آیت نمبر ۱۷)

"اور اگر تجھ کو اللہ تعالیٰ کوئی تکلیف پہنچاویں تو اس کو دور کرنے کو سوائے اللہ تعالیٰ کے اور کوئی نہیں اور اگر تجھ کو کوئی نفع پہنچاویں تو وہ ہر چیز پر پوری قدرت رکھنے والے ہیں۔"

اگر آپ کو ہر قسم کی بیماری سے شفا حاصل کرنی ہو تو (۷ یا ۱۱) دفعہ مذکورہ آیت کو جس جگہ تکلیف ہو وہاں ہاتھ رکھ کر پڑھ لو اور تھتکلا دو (تھوتھو کردو)۔ ان شاء اللہ تکلیف سے نجات مل جائے گی۔

رزق کی تنگی اور کسی خاص چیز کے حصول کیلئے:

"رَبَّنَآ اَنْزِلْ عَلَیْنَا مَآئِدَۃً مِّنَ السَّمَآءِ تَکُوْنُ لَنَا عِیْدًا لِّاَوَّلِنَا وَاٰخِرِنَا وَاٰیَۃً مِّنْکَ ج وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَیْرُ الرّٰزِقِیْنَ۔" (پارہ ۷ سورہ المائدہ آیت نمبر ۱۱۴)

"اے ہمارے پروردگار ہم پر آسمان سے کھانا نازل فرمایئے کہ وہ ہمارے لئے یعنی ہم میں جو اول ہیں اور جو بعد ہیں سب کیلئے ایک خوشی کی بات ہو جائے اور آپ کی طرف سے ایک نشان ہو جاوے اور آپ ہم کو عطا فرمایئے اور آپ سب عطا کرنے والوں سے اچھے ہیں۔" اگر آپ رزق کی تنگی سے پریشان ہیں یا کسی خاص چیز کے کھانے کی حاجت ہو تو مذکورہ آیت کو (۷) دفعہ پڑھ کر آسمان کی طرف پھونکیں۔ خبردار۔ دعا پوری ہونے کے بعد اللہ کا شکر ادا کرنا۔

دل کی گھبراہٹ دور ہو:

"اَلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوْبُھُمْ بِذِکْرِ اللّٰہِ ط اَلَا بِذِکْرِ اللّٰہِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ" (پارہ ۱۳ سورۃ الرعد آیت نمبر ۲۸) "مراد اس سے وہ لوگ ہیں جو ایمان لائے اور اللہ کے ذکر سے ان کے دلوں کو اطمینان ہوتا ہے۔ خوب سمجھ لو کہ اللہ کے ذکر سے دلوں کو اطمینان ہو جاتا ہے۔"

اگر آپ کو دل کی گھبراہٹ اور بیماری دور کرنی ہو تو (۴۱) بار پانی پر سورۃ الرعد کی آیت نمبر ۲۸ دم کر کے پی لو۔

مقدمہ میں کامیابی کیلئے:

"وَقُلْ جَآءَ الْحَقُّ وَزَھَقَ الْبَاطِلُ ط اِنَّ الْبَاطِلَ کَانَ زَھُوْقًا" "اور کہہ دیجئے کہ حق آیا اور باطل گیا گزرا ہوا (اور) واقعی باطل چیز تو یونہی آتی جاتی رہتی ہے۔" (سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 81) اگر آپ کو مقدمہ میں کامیابی حاصل کرنی ہو تو روزانہ کسی نماز کے بعد (۱۳۳) دفعہ مذکورہ آیت پڑھ لو اگر حق پر ہو تب پڑھو، ورنہ ناحق پڑھنے والا خود مصیبت میں گرفتار ہو سکتا ہے۔

غصہ دفع کرنے کیلئے:

"وَالْکٰظِمِیْنَ الْغَیْظَ وَالْعَافِیْنَ عَنِ النَّاسِ ط وَاللّٰہُ یُحِبُّ الْمُحْسِنِیْنَ۔" (بقیہ: صفحہ نمبر 38 پر)



اسلام اور رواداری



پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 23

(ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

رحمتِ عالم ﷺ کی ایک شان رحمت یہ تھی کہ آپ ﷺ نے قرابت دار قیدیوں کو ایک دوسرے سے علیحدہ کرنے کی ممانعت فرما دی۔ ایک گھرانے یا خاندان کے تمام ارکان کو ایک ہی جگہ ٹھہراتے اور یہ گوارا نہ فرماتے کہ کسی گھرانے کے افراد اپنے اقرباء سے علیحدہ ہو جائیں۔ (ابن ماجہ) اس سے یہ فائدہ ہوتا تھا کہ باپ بیٹا، بہن بھائی، شوہر بیوی، اکٹھے رہ کر مسرور و شاداں اور ایک دوسرے سے مانوس رہتے۔ وہ جن صحابہؓ کو تقسیم کیے جاتے وہ اُن کے لیے گھر کے دوسرے افراد کی حیثیت رکھتے۔ چنانچہ صحابہؓ کی پاکیزگیٔ اخلاق کے باعث یہ مجلس ان اسیروں کے لیے بہترین تربیت گاہ ثابت ہوئی۔

غزوہ روم کے ایام میں بہت سے قیدی کسی مسلمان افسر کی نگرانی میں بحری سفر کر رہے تھے۔ حضرت ابوایوب انصاریؓ وہاں سے گزرے تو دیکھا کہ ایک قیدی عورت زار و قطار رو رہی ہے۔ حضرت ابوایوب انصاریؓ نے اس کے رونے کا سبب دریافت کیا تو بتایا گیا کہ اس کا بچہ اس سے چھین لیا گیا ہے۔ حضرت ابوایوب انصاریؓ بذاتِ خود گئے اور لڑکے کو لا کر عورت کے حوالے کر دیا۔ افسر نے امیر المومنینؓ سے اس کی شکایت کی۔ وہاں سے باز پرس ہوئی تو انہوں نے جواب دیا کہ شفیق عالم ﷺ نے اس ظالمانہ طریقہ کی بڑی سختی سے ممانعت فرمائی ہے۔ (مسند امام احمد) آپ ﷺ نے اس شخص پر لعنت کی جو باپ اور اس کے بیٹے میں اور دو بھائیوں کے درمیان جدائی ڈالے۔ (مشکوٰۃ بحوالہ ابن ماجہ و دارقطنی)

یاد رہے کہ پہلے زمانہ میں عرب اور اس کی ملحقہ سرزمینوں کے غیر مسلموں کے حالات پڑھنے سے معلوم ہوتا ہے یہ رواج تھا کہ وہ بسا اوقات اپنے اہل و عیال اور مال مویشی کو بھی (بقیہ: صفحہ نمبر 38 پر)

درد سر کیلئے: ذرا سا نمک کھایئے اور پھر اس کے دس منٹ بعد ٹھنڈا پانی پی لیجئے، بہت جلد شفا نصیب ہوگی۔

آپ کا خواب اور تعبیر

دشمن کے ذریعے فائدہ

خواب: میں نے دیکھا کہ ایک بہت بڑا کالا سانپ ہے۔ جس کا سر بھی بہت بڑا ہے۔ اسے میں نے پکڑا ہوا ہے اور ایک عجیب سا چھرا میرے ہاتھ میں ہے اور میں اس سے اس کے ٹکڑے کر رہی ہوں لیکن تھوڑی سی گردن اور سر باقی رہ گیا ہے۔ بہت بڑا سانپ ہے جو اپنے آپ کو چھڑانے کی کوشش کر رہا ہے۔ اب اس کی گردن اور سر ہاتھ میں ہے اور صحن میں میرے ابا جی بیٹھے ہیں جو کہ اب اس دنیا میں نہیں ہیں۔ تو میں اپنے ابو کے پاس جا کر سانپ کو پھینک دیتی ہوں کہ ابا جی میں تھک گئی ہوں، اس کو پکڑیں۔ وہ ایک دم رینگ کر تیزی سے سٹور میں گھس جاتا ہے۔ میرا چھوٹا بھائی اس کے پیچھے بھاگتا ہے پھر میرے بیٹے نے آواز دی اور میری آنکھ کھل گئی۔ (راشدہ امین' کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب میں دو اشارے ہیں۔ ایک یہ کہ آپ کا دشمن مغلوب اور ناکام ہوگا اور آپ کا ہرگز کچھ نہیں بگاڑ سکے گا۔ دوسرا یہ کہ آپ کو اپنے دشمن کے ذریعے بہت بڑا مالی فائدہ پہنچے گا بشرطیکہ آپ اپنے والد مرحوم کو برابر ایصال ثواب کرتی رہیں اور اس میں ہرگز کوتاہی نہ کریں۔ آپ روزانہ سورۃ واقعہ کی تلاوت کیا کریں' انشاء اللہ بہت نفع ہوگا۔

جادو کا علاج کروائیں

خواب: میں بس میں بیٹھ کر کہیں جا رہی ہوں' میرے ساتھ میری بڑی بہن بھی ہے اور ساتھ میں 6 سال کا ایک بیٹا بھی۔ کسی زیارت پر جا رہے ہیں کون سی جگہ ہے یہ پتہ نہیں۔ اتنا بتا دوں کہ میرے دو بیٹے اور ایک بیٹی فوت ہو چکے ہیں۔ زیارت پر ایک عورت بیٹھی دم کر رہی ہے۔ کیا دیکھتی ہوں کہ میرا ایک بیٹا جس کی عمر ڈیڑھ سال تھی اس کے کپڑے ایک چارپائی کے نیچے پڑے ہوئے ہیں۔ اتنے میں میری ایک خالہ وہاں آ جاتی ہے میں اس کو کہتی ہوں کہ یہ سب کپڑے تم لے لو تو وہ سب کپڑے لے لیتی ہے۔ جس جگہ وہ عورت دم کر رہی ہوتی ہے وہاں بہت رش ہوتا ہے۔ ایک اور عورت کو میں رو رو کر بتاتی ہوں کہ میرے تین بچے فوت ہو گئے ہیں اللہ رکھے بس اب ایک ہی بیٹا ہے وہ کہتی ہے تم پر کسی نے جادو کروایا ہوا ہے۔ ایک مٹی کے ٹیلے پر اور وہاں تالا بند کیا ہوا ہے۔ سب کے چلے جانے کے بعد وہ عورت میرے لیے کچھ کلام لکھتی ہے، شاید زعفران سے پھر خوب تیز ہوا چلنے لگتی ہے تو وہ آدھا کلام چھوڑ کر اپنے بیٹوں کے ساتھ آرام کرنے چلی جاتی ہے۔ میں باہر نکلتی ہوں خوب تیز بارش ہو رہی ہے۔ ایک لڑکا سیڑھی دھو رہا ہوتا ہے۔ میں کہتی ہوں کہ میں نے اوپر جانا ہے، وہ کہتا ہے کہ اس عورت کے آرام کا ٹائم ہے۔ پھر بھی میں اوپر چلی جاتی ہوں، وہ عورت انکار کر دیتی ہے۔ میں واپس گھر آ جاتی ہوں، بارش کی وجہ سے وہ دونوں کاغذ بھیگتے ہیں لیکن کلام اس پر سے مٹتا نہیں ہے۔ (ثمینہ احمد' پشاور)

تعبیر: اگر آپ کسی پریشانی میں گرفتار ہیں تو یہ سب کچھ سحر کے زیر اثر ہے کیونکہ جادو کے اثرات سے تکلیف کا پہنچ جانا برحق ہے۔ اس لیے اس کا علاج کسی ماہر فن مخلص شخص سے کروائیں اور پیشہ وروں سے ہوشیار رہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تکلیف دور ہو جائے گی نیز آپ کی بہن کو کوئی مالی فائدہ پہنچنے کا اشارہ ہے' واللہ اعلم۔

موزوں رشتہ

خواب: میں نے دیکھا کہ امی مجھ سے پوچھ رہی ہیں کہ تم نے کیا دیکھا۔ جواب میں قرآنی آیت سناتی ہوں۔ آیت سن کر وہ ایک دم خوش ہو جاتی ہیں پھر کہتی ہیں اب میں مطمئن ہوں۔ (عصمت محمود' ڈیرہ غازی خان)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آیا ہوا یہ رشتہ بہت موزوں ہے۔ اس سے انکار درست نہیں انشاء اللہ یہ رشتہ بہت اچھا ثابت ہوگا۔

خاتمہ بالخیر کی علامت

خواب: میری سہیلی نے دیکھا کہ وہ میرے شہر میں آتی ہے تو ایک بڑے سے گراؤنڈ میں میرا مزار بنا ہوا ہے اور ہلکی ہلکی بارش بھی ہو رہی ہے۔ میری دوست میری قبر پر سورۃ یٰسین اور چند دوسری سورتیں رکھتی ہے اور خوب روتی ہے پھر وہ اپنے گھر والوں سے میرے بارے میں پوچھتی ہے۔ وہ اسے بتاتے ہیں کہ تمہاری دوست فوت ہو گئی ہے۔ (ح، ر' میانوالی)

تعبیر: ماشاء اللہ بہت مبارک خواب ہے اور آپ کی نیکیوں کے قبول ہونے کی بشارت اور گناہوں کی معافی کا اشارہ ہے۔ نیز خاتمہ بالخیر کی علامت ہے، اللہ آپ کو آپ کی نیکی کی برکت سے اولیاء اللہ کا ساتھ نصیب فرمائیں گے۔ اس لیے آپ اپنے نیک اعمال پر جمی رہیں۔ اللہ آپ کو استقامت دے (آمین)

شکر کرنے کی کمی

خواب: میں سکول جاتی ہوں' وہاں اپنی مس کو دیکھ کر ان کی طرف بھاگتی ہوں۔ وہ ریاضی کا کام دیتی ہیں اور کہتی ہیں اس کو بیٹھ کر یاد کرو۔ میری ایک سہیلی بھی میرے ساتھ تھی۔ میں باہر جاتی ہوں تو معلوم ہوتا ہے کہ ایک برا آدمی آ گیا ہے۔ ہم ڈرتے ہیں لیکن وہ کہتا ہے میں کچھ نہیں کہوں گا۔ وہ اندر داخل ہوا تو ہم ڈر کر بھاگ جاتے ہیں، وہ ہمارے پیچھے آتا ہے۔ میں غسل خانے میں چھپ جاتی ہوں تب وہ اپنی کار میں بیٹھ کر چلا جاتا ہے۔ اس کے جانے کے بعد ہماری چھٹی ہو جاتی ہے تو کیا دیکھتی ہوں کہ کچھ فاصلے پر آگ لگی ہوئی ہے۔ میں اپنی ہمسائی سے پوچھتی ہوں کہ یہ کیا ہے؟ وہ کہتی ہیں کہ ڈرومت۔ خدا کی نعمت ہے اور پاؤں رکھتی ہے تو اس کے پاؤں کو کچھ نہیں ہوتا۔ پھر میں رکھتی ہوں۔ اس کی بہن پانی میں سے گزر جاتی ہے۔ پھر وہ اپنے کپڑے ٹھیک کرتی ہے تو میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (خالدہ امین)

تعبیر: آپ میں شکر کرنے کی نہایت کمی ہے۔ اس کی اصلاح کی فکر کریں جس سے آپ دنیاوی نقصانات سے بھی بچ جائیں گی۔ اللہ آپ کا حامی و ناصر ہو!

کامیابی کی علامت

خواب: میں نے دیکھا کہ میں نے ایف اے کا امتحان دیا لیکن ایک مضمون رہ گیا۔ میں نے پرچہ دیا پھر خواب میں دیکھا کہ میرا رزلٹ آ گیا ہے اور میرے رول نمبر کے آگے "اے" لکھا ہے۔ میں حیران ہوں گھر کے سب لوگ کہہ رہے ہیں کہ تم نے بہت اچھے نمبر لیے ہیں۔ (شہناز، راولپنڈی)

تعبیر: یہ خواب آپ کے حق میں بہت بہتر ہے۔ امتحان میں کامیابی کی علامت ہے۔ البتہ نماز روزہ کی پابندی کرنے پر انشاء اللہ آخرت کے امتحان میں بھی کامیابی کی بشارت مل سکتی ہے۔

جو شخص لوگوں کا ممنون، احسان مند نہیں ہوتا وہ اللہ تعالیٰ کا بھی شکر ادا نہیں کرتا۔

قدرتی توانائی اور یوگا

بعض ماہرین کا خیال ہے کہ یوگا محض ورزش نہیں ہے وہ کہتے ہیں کہ ورزش کیلئے یوگا پر عمل کرنے کیساتھ ساتھ ضروری ہے کہ ورزش کرنے والا کسی مذہبی یا روحانی جذبے سے بھی اپنے آپ کو وابستہ رکھے۔ پاؤل ولڈش نے بھی اس خیال سے اتفاق کیا ہے۔

(اسد عباس، فیصل آباد)

مشرق کے بہت سے طور طریقے اپنی بعض خصوصیات کے باعث اب مغربی ملکوں میں بھی رواج پاتے جارہے ہیں اور مختلف طبقوں کے لوگ جن میں معروف و مقبول شخصیات بھی شامل ہیں' انھیں اپنا رہے ہیں۔ ان میں علاج معالجے کے متبادل طریقوں اور جسمانی و ذہنی ورزشوں کا بھی خاصا حصہ ہے۔ فنگ شوئی' تائی چی' سوزن زنی (آکوپنکچر) اور یوگا کا تعلق زمانہ قدیم کے مشرق سے ہے' جنہیں اب تیزی سے مغرب میں اپنایا جارہا ہے۔ اس کا مقصد یہ ہے کہ موجودہ دور میں جو ذہنی اور جسمانی سکون انسان سے چھن گیا ہے اسے دوبارہ حاصل کیا جائے۔ ان طریقوں میں کسی کا تعلق فن حرب سے ہے' کسی کو لب سٹ اور کسی کو مراقبے سے' لیکن کہا یہ جاتا ہے کہ ان سب کی بنیاد ''چی'' (Qi) کے قدیم فلسفے پر ہے۔ اس فلسفے کے ماننے والے کہتے ہیں کہ ''چی'' وہ توانائی ہے جو انسانی جسم کو توازن برقرار رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ جب یہ توانائی جسم میں رواں دواں ہوتی ہے تو انسان جسمانی جذباتی اور روحانی طور پر توازن برقرار رکھتا ہے' لیکن جب اس توانائی کی روانی میں رکاوٹیں پیدا ہونے لگتی ہیں تو یہ توازن بگڑ جاتا ہے اور صحت و سکون میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے۔

ریکی' سوزن زنی اور شیاتسو کے ذریعے سے توانائی کی راہ میں آنے والی رکاوٹوں کو دور کیا جاسکتا ہے اور جسمانی' جذباتی اور روحانی توازن کو بحال کیا جاسکتا ہے، جب کہ فنگ شوئی ایک ایسا فن ہے جو ہمارے اردگرد کے ماحول میں اس طرح کی تبدیلی لاسکتا ہے۔ یوگا جس کا تعلق ہندومت سے ہے اور ایک قدیم فلسفہ ہے' آجکل مغربی ممالک میں زیادہ مقبول ہے۔ اس کا مقصد بھی چی کے ذریعے سے جسم کے اردگرد کے ماحول میں توازن پیدا کرنا اور اسے قائم رکھنا ہے۔ چی کے ایک مغربی ماہر پاؤل ولڈش نے اپنی کتاب The Big Book of Chi میں اس توانائی کے علم کی ابتدا پانچ ہزار سال قبل بتائی ہے کہ جب ہندوستانی تہذیب کا آغاز ہوا تھا۔ پی کو زندگی کی بنیاد قرار دیتے ہوئے انہوں نے لکھا ہے کہ یہ نظام ہمیں اپنا خیال رکھنا اور اپنی زندگی کے مثبت اور منفی پہلوؤں کے درمیان ایک مربوط توازن برقرار رکھنا سکھاتا ہے۔

ایک برطانوی تنظیم برٹش وہیل آف یوگا کا دعویٰ ہے کہ وہاں انداز اً تین لاکھ افراد باقاعدگی سے یوگا کی مشق کرتے ہیں۔

''یوگا'' اور چینی طریقے ''تاؤ'' کے ملاپ سے چی کا جو نظام سامنے آیا ہے وہ برطانیہ اور بعض دوسرے ملکوں میں بہت مقبولیت حاصل کر رہا ہے۔

یوگا میں آہستہ آہستہ حرکت کر کے کوئی انداز یا کوئی آسن اختیار کر لیا جاتا ہے جو سیکڑوں آسنوں میں سے ایک ہے۔ ہر آسن کا تعلق گہرے سانس سے ہوتا ہے۔ بعض آسن اور گہرے سانس میں ایک ہم آہنگی پیدا ہو جاتی ہے۔ جو لوگ پابندی سے یوگا کی مشق کرتے ہیں ان کا دعویٰ ہے کہ ان آسنوں کی مشق اور گہرے سانس لینے سے دباؤ کم ہوتا ہے' جسمانی لچک میں اضافہ ہوتا ہے۔ مجموعی صحت بہتر ہوتی ہے اور جسم میں چی کی قدرتی سطح اپنے عروج پر پہنچ جاتی ہے۔

بعض ماہرین کا خیال ہے کہ یوگا محض ورزش نہیں ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ ورزش کیلئے یوگا پر عمل کرنے کے ساتھ ساتھ ضروری ہے کہ ورزش کرنے والا کسی مذہبی یا روحانی جذبے سے بھی اپنے آپ کو وابستہ رکھے۔ پاؤل ولڈش نے بھی اس خیال سے اتفاق کیا ہے۔ مصنف کا خیال ہے کہ لوگ ان مشرقی طریقوں کی طرف اس لیے متوجہ ہو رہے ہیں کہ وہ اپنے ذہن کی بھی اس قدر اصلاح چاہتے ہیں جتنی کہ جسم کی۔

ہیئر پاؤڈر

ہیئر آئل کی طرح ہیئر پاؤڈر بھی اپنی مثال آپ ہے۔ یہ بھی سر کی خشکی اور خارش کو دور کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ ہیئر پاؤڈر کو طب نبوی ﷺ آئل کے ساتھ چنبل، خارش، الرجی، جلد کے پرانے زخم، خارش کے پرانے زخم، شوگر کے پرانے زخم پر بھی لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ ہمارے علاقے میں ایک آدمی ہیئر پاؤڈر کو کیپسول میں بھر کر لوگوں کو خارش اور الرجی کے لیے دیتا ہے۔

(ماسٹر ہارون الرشید۔ آزاد کشمیر)

زندگی کا مقصد

جو صاحب ہمیں یہ واقعہ سنا رہے تھے کہنے لگے کہ ان کی زندگی کا مقصد ہی یہی تھا جب ان کی زندگی کا مقصد پورا ہو گیا تو وہ اللہ کو پیارے ہو گئے

(شہزاد مجذوبی کراچی)

میرے دوست کے والد صاحب کی اچانک طبیعت خراب ہوئی اور انہیں آغا خان ہسپتال کے شعبہ ایمرجنسی میں لے کر جانا پڑا۔ دوست نے مجھے اور چند اور دوستوں کو بلا لیا۔ ہم تین دوست انتظار گاہ میں بیٹھے ہوئے تھے اور باتیں کر رہے تھے۔ اسی اثناء میں ہمارے سامنے ایک نوجوان آیا جو کہ نیکر اور شرٹ پہنے ہوئے تھا چہرے پر داڑھی اور مونچھیں نہیں تھیں اور بال بہت بڑے تھے کہ اس نے پیچھے سے چٹیا بنائی ہوئی تھی ہم اسے دیکھ کر بہت حیران ہوئے اور آپس میں تبصرہ کرتے ہوئے کہنے لگے کہ ''یہ کیا ہے؟'' ایک نے کہا کہ ''اس کا شمار کن میں ہوتا ہے؟'' خیر ہم خاموش ہو گئے۔ ہمارے ساتھ ایک صاحب بیٹھے ہوئے تھے جو باریش تھے ان کی عمر 35 سال سے 40 سال کے لگ بھگ ہو گی اور سامنے ایک خاتون بیٹھی رو رہی تھیں ان کا کوئی عزیز بھی وہیں شعبہ ایمرجنسی میں تھا۔

وہ صاحب ہم سے کہنے لگے کہ اگر آپ کسی کو روتا ہوا دیکھیں تو اسے دلاسہ دیں ہوسکتا ہے کہ یہی آپ کی زندگی کا مقصد ہو اور یہ سنت بھی ہے۔ پھر کہنے لگے کہ ہمارے ہاں ایک صاحب تھے ان کی والدہ کا انتقال ہو گیا۔ ان صاحب نے اپنی والدہ کی وفات کے بعد ان کے ایصال ثواب کیلئے ایک مسجد و مدرسہ تعمیر کرایا اور بہت اچھا کرایا۔ جب اس مسجد و مدرسہ کی تعمیر مکمل ہو گئی تو ان صاحب نے اپنے تمام رشتے داروں اور عزیزوں کو اکٹھا کیا اور مسجد دکھانے لے گئے۔ اس مسجد میں پہلی اذان مغرب کی ہوئی۔ جب سب لوگ مسجد و مدرسہ دیکھ چکے تو ان صاحب نے پوچھا کہ ''ہاں بھئی! اگر اس میں کوئی کمی رہ گئی ہو تو بتا دیں ہم اس کو پورا کر دیں''۔ سب نے کہا کہ نہیں ماشاءاللہ سب بہت خوبصورت ہے۔ یہ سن کر وہ صاحب پیچھے پلٹے اور پلٹتے ہی'' نیچے گر گئے اور اللہ کو پیارے ہو گئے''۔ جو صاحب ہمیں یہ واقعہ سنا رہے تھے کہنے لگے کہ ان کی زندگی کا مقصد ہی یہی تھا جب ان کی زندگی کا مقصد پورا ہو گیا۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

قارئین کی خصوصی تحریریں

قارئین کے لیے محمد نعمان احسن، ڈسکہ کے مشاہدات اور آزمودہ عملیات

آیۃ الکرسی کا عمل:۔

یہ عمل میں نے مولانا مسعود اظہر کی کتاب میں پڑھا اور اللہ کی توفیق سے عمل بھی کیا۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے فضل و کرم سے فوری شفا نصیب فرمائی۔ بڑا ہی زبردست عمل ہے، جادو، ٹونے شیطانوں کے اثرات، آسیب کے لیے مجرب ہے اور ہر قسم کے ذہنی دباؤ کے لیے آزمودہ:

اول درود شریف: 3 دفعہ، سورۂ فاتحہ: 3 دفعہ
آیۃ الکرسی: 3 دفعہ، سورۂ اخلاص: 3 دفعہ
سورۂ فلق: 3 دفعہ، سورۂ والناس: 3 دفعہ

آخر میں درود شریف: 3 دفعہ پڑھ کر دونوں ہاتھوں میں پھونک مار کر سامنے چہرے پر سے شروع کر کے پورے جسم پر جہاں پر آپ کا ہاتھ جائے پھیر لیں، ان شاء اللہ فوری اثر ہوگا۔ پانی پر پھونک مار کر بھی پئیں اور مریض کو بھی پلائیں۔ بعض مشائخ اس میں سورۂ الکافرون کا بھی اضافہ فرماتے ہیں۔

ہر قسم کے جادو اور پریشانیوں کے لیے:

نمازِ فجر اور مغرب کے بعد سورۂ بقرہ کی آخری آیات یعنی آخری رکوع 3 مرتبہ بعد سورۂ توبہ کی آخری دو آیات 21 مرتبہ اول آخر 7 دفعہ درود شریف پڑھیں، اللہ تعالیٰ سے دعا کریں، بارہا کا آزمودہ نہایت مجرب ہے۔ شیطانی اثرات، آسیب، جادو کے توڑ کا حتمی علاج ہے۔

شفاء یابی کے لیے:

صبح نمازِ فجر اور نمازِ مغرب کے بعد اول آخر درود شریف 3 مرتبہ، سورۂ فلق 11 مرتبہ، سورۂ والناس 11 مرتبہ، پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر پھونک مار کر پورے جسم پر پھیر لیں۔ جب یہ عمل کیا اللہ پاک نے مجھے شفا نصیب فرمائی۔ کم از کم 90 دن کریں۔

آسیب زدہ کا آزمودہ، فوری اثر والا عمل:

مریض کے داہنے کان میں اذان دیں اور بائیں کان میں اقامت کہیں فوری عمل ہوگا۔ بارہا کا میرا خود آزمودہ ہے۔ اس کو اوپر والے عمل کے ساتھ آیۃ الکرسی والے عمل کے ساتھ ملا کر کریں تو اور بھی زیادہ اثر کرتا ہے۔

چار زبردست آیات:

اللہ تعالیٰ نے اپنے خصوصی فضل و کرم سے آپ ﷺ کے اوپر اپنے عرش سے 4 آیات خصوصی طور پر اتاری تھیں۔ یقین کامل، توجہ دھیان سے پڑھنے سے اللہ تعالیٰ کا خصوصی فضل و کرم ہو جاتا ہے۔ ہر مسئلہ کے لیے مکمل توجہ سے پڑھیں۔

1۔ سورۂ فاتحہ .... ہر قسم کی بیماری یا حاجت کے لیے پڑھیں (نمازِ فجر کی سنت اور فجر کے فرض کے درمیان) اول آخر 11 مرتبہ درود شریف 41 مرتبہ **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** کی میم کے ساتھ سورۂ فاتحہ ملا کر 41 دن پڑھیں۔

2۔ سورۂ بقرہ کی آخری دو آیات .... 21 مرتبہ اول آخر درود شریف 3 مرتبہ ہر قسم کی پریشانی کے لیے، توبہ کے لیے، اللہ تعالیٰ کی مدد لینے کے لیے پڑھیں۔

3۔ آیۃ الکرسی (100 مرتبہ نمازِ عشاء کے بعد تنہائی میں لائٹ بند کر کے پڑھیں) ہر قسم کے آسیب، جادو، ٹونہ وغیرہ کے اثرات رفع کرنے کے لیے پڑھیں۔

4۔ سورۂ کوثر .... ہر قسم کے دشمن سے پناہ کے لیے:

اوپر والے عمل نمبر 2 اور 3 کیے ہوئے ہیں۔ ایک نو مسلم انگریز خاتون کا واقعہ تھا۔ اس کے خاوند کو کینسر ہو گیا تھا۔ ڈاکٹر نے اس کو لاعلاج قرار دے دیا تھا۔ اس کے ہمسائے میں ایک مسلمان خاندان آباد تھا۔ انہوں نے ان کو یہ وظیفہ یا عمل بتایا تھا۔ اللہ کے فضل و کرم سے اس کے خاوند کی حالت چند دن بعد ہی بہتر ہوگئی۔ وہ اس کو دکھانے ڈاکٹروں کے پاس لے گئی۔ ڈاکٹروں نے اس کا بلڈ ٹیسٹ کیا تو حیران رہ گئے کہ اس کے ٹیسٹ کے اندر بہتری کی علامات پائی گئیں ہیں۔ انہوں نے خاتون سے دریافت کیا کہ ہم نے مکمل چیک کرنے کے بعد اس کو لاعلاج قرار دے دیا تھا۔ اب تم اس کو کونسی دوائی کھلا رہی ہو۔ خاتون نے جواب دیا کہ میں اس کو دوائی نہیں بلکہ اللہ پاک کا کلام پڑھ کر پانی پر پھونک مار کر پلا رہی ہوں۔ ڈاکٹروں نے مطالبہ کیا کہ کیا تم وہ پانی ہمیں لا کر دکھا سکتی ہو۔ تو خاتون نے ان کے ساتھ وعدہ کیا کہ ہاں کل جب میں صبح اس عمل کو کروں گی، تو پانی خاوند کو پلانے کے بعد تھوڑا سا بچا کر لے آؤں گی۔ اگلے دن حسبِ وعدہ وہ خاتون پانی لیکر ڈاکٹروں کی ٹیم کے پاس پہنچ گئی۔ ڈاکٹروں نے اس پانی کا لیبارٹری ٹیسٹ کیا اللہ کی توفیق سے اس پانی میں کینسر کو ختم کرنے والے جراثیم پیدا ہو چکے تھے۔ اللہ کے فضل و کرم سے اس خاتون کے خاوند کو شفا نصیب ہوگئی۔ خاتون کہتی ہے کہ جب میرے خاوند کو ڈاکٹروں نے جواب دیا تو میں بہت زیادہ پریشان تھی کہ ہمسائے میں رہنے والے مسلمان خاندان کے سربراہ نے پریشانی کے بارے میں پوچھا تو خاوند کی کیفیت کے بارے میں بتایا۔ بھائی صاحب نے مجھے اسلام کی تعلیم دی، اللہ پر بھروسہ کرنے کا کہا، ساتھ مسلمان ہونے کی دعوت دی، میں اللہ کی توفیق سے مسلمان ہوئی پھر انہوں نے یہ عمل مجھے بتایا اور عرض کیا کہ یقین کامل کے ساتھ پڑھیں۔ اللہ کے فضل و کرم سے اس کی دی ہوئی توفیق سے عمل کے بعد میں اللہ تعالیٰ سے گڑگڑا کر خاوند کی صحت یابی کے لیے دعا مانگتی تھی۔ اللہ پاک نے خصوصی فضل کیا اب میرا خاوند بالکل ٹھیک ہے۔

حل المشکلات کے لیے نہایت مجرب ہے:

(1) میں نے قدرت اللہ شہاب کی کتاب شہاب نامہ میں سے دو عمل پڑھے اور عمل بھی کیا اللہ کے فضل سے ان کے اثرات بھی ظاہر ہوئے۔

اوّل گیارہ دفعہ درود شریف پڑھیں پھر سورۂ مزمل پڑھیں جب آیت نمبر 9 ''**رَبُّ الْمَشْرِقِ وَ الْمَغْرِبُ**'' پر پہنچیں تو پوری آیت پڑھ کر 41 مرتبہ ''**حَسْبُنَا اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْل** o'' پڑھیں پھر باقی کی سورۂ مکمل پڑھیں۔ اس کو اگر ہو سکے تو 11 مرتبہ روزانہ کسی ایک ٹائم پڑھیں۔ اگر نہ پڑھ سکیں تو 3,5,7,9 مرتبہ پڑھ کر دعا کریں۔ اللہ پاک آسانی کرے گا (ان شاء اللہ)۔ میں نے خود آزمایا ہوا ہے۔

(2) دوسرا عمل جو میں نے شہاب نامہ میں پڑھا اور عمل بھی کیا۔ اللہ تعالیٰ کے فضل سے بہترین پایا۔ قبولیت دعا اور ہر قسم کی مشکل کے لیے۔ اول درود شریف 7 دفعہ پھر سورۂ یٰسین پڑھیں۔ جہاں یہ لفظ ''مبین'' آئے وہاں 9 مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھیں۔ سورۂ فاتحہ پڑھ کر پھر دوبارہ سورۂ یٰسین شروع سے شروع کریں۔ ہر لفظ مبین کے بعد 9 مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھیں اس طرح 7 مرتبہ لفظ ''مبین'' آئے گا اور آپ 8 مرتبہ سورۂ یٰسین بسم اللہ کے ساتھ پڑھیں گے۔ آخر میں 7 دفعہ درود شریف پڑھ کر دعا کریں۔ اللہ کے فضل و کرم سے اللہ پاک کی خصوصی رحمت ہوگی۔ آزمودہ ہے۔

کاروبار کے لیے:

میں اللہ کی توفیق سے کاروباری سلسلے میں سری لنکا گیا ہوا تھا۔

نظر تیز کرنے کیلئے: گاجروں کا زیادہ سے زیادہ استعمال کریں، اس سے آنکھوں کی بینائی بڑھاپے میں بھی خراب یا کمزور نہیں ہو سکتی۔

وہاں پر مارکیٹ میں مال بیچنے میں بڑی مشکل ہو رہی تھی۔ گاہک ملتا تھا ریٹ نہیں ملتا تھا۔ ریٹ ملتا تھا تو ادھار کی بات ہوتی۔ فون پر والدہ محترمہ سے بات ہوئی تو انہوں نے نماز فجر اور عصر کے بعد اول آخر درود شریف کیساتھ 71 مرتبہ سورۃ النصر پڑھنے کا ارشاد فرمایا۔ عمل شروع کیا تو اللہ کے فضل سے آسانیاں پیدا ہوتی گئیں۔

مولانا مسعود اظہر کی کتاب میں پڑھا کہ سورۃ فلق کثرت سے پڑھنے والے پر روزی بارش کی طرح برستی ہے۔ سورۃ فلق 121 بار اور سورۃ النصر کو 121 بار اوّل و آخر درود شریف 11،11 مرتبہ پڑھنا عجیب اثرات کا حامل ہے۔ رزق کیلئے آزمودہ ہے۔ جمعہ کی نماز فرضوں کے بعد بحالت تشہد میں پورے خشوع کے ساتھ اول آخر 7 مرتبہ درود شریف پڑھ کر 70 مرتبہ یہ کلمات پڑھیں۔ ''**اَلْمُعْطِی ھُوَ اللّٰہ**'' پڑھ کر دعا کریں ان شاء اللہ عجیب تاثیر دیکھیں گے۔ آزمودہ ہے، مجرب ہے، کم از کم 7 جمعہ تک کریں۔

ہر قسم کے بخار کے لیے:

اول آخر 5 مرتبہ درود شریف پڑھ کر 21 مرتبہ یہ آیت ''**قُلْنَا یٰنَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰٓی اِبْرٰھِیْمَ**'' (سورۃ الانبیاء آیت نمبر 69) پڑھ کر دم کریں اور پانی پر پھونک مار کر پانی پلادیں۔ ان شاء اللہ کرم ہوگا۔

ہر قسم کی حاجت کے لیے: ہر قسم کی حاجت کے لیے بہت سریع الاثر عمل آزمودہ ہے۔ اول آخر 3 دفعہ درود شریف 111 مرتبہ پارہ نمبر 20 آیت نمبر 24 پڑھ کر دعا کریں۔ ان شاء اللہ ہر طرح کی حاجت پوری ہوگی۔

کاروبار، دکان میں برکت، ہر قسم کی حاجت کے لیے:

یہ والا عمل خود کیا، اللہ کے فضل سے کام ٹھیک ہوا۔ ہمت بڑھی، ذہنی دباؤ سے چھٹکارا حاصل ہوا۔ اتوار والے دن سورج نکلنے کے بعد کاروبار والی جگہ پر 2 نفل حاجت پڑھیں۔ بعد از نماز اول آخر 11 مرتبہ درود شریف، پھر سورۃ یٰسین اس طرح پڑھیں کہ ہر لفظ مبین پر پہنچ کر دوبارہ **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** کے ساتھ سورۃ یٰسین پڑھیں اس طرح آپ 8 مرتبہ شروع سے سورۃ یٰسین کو پڑھیں گے۔ اس کے بعد 41 مرتبہ آیۃ الکرسی **بِسْمِ اللّٰہ** کے ساتھ پڑھیں۔ آخر میں 11 مرتبہ درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کر کے کاروبار والی جگہ پر ہر کونے دیوار پر چھڑکیں۔ خیال رہے کہ پانی نیچے نہ گرنے پائے، سرنج میں بھر کر احتیاط سے چھڑکیں۔ (کم از کم 5 یا 7 اتوار کریں)

گھر میں بھی پڑھنے سے اس کے اچھے اثرات ظاہر ہوں گے۔ ترتیب یہی ہوگی۔

دشمن کے شر کو ختم کرنے کے لیے:

سورۃ القارعۃ اس طرح لکھیں جو لفظ بھی لکھیں وہاں سے سورۃ پوری پڑھیں، جیسا کہ القارعۃ لکھیں گے، پوری سورۃ پڑھیں پھر ماالقارعۃ لکھیں گے آگے سے پوری سورۃ پڑھیں گے۔ پیچھے لکھے ہوئے لفظ کو چھوڑ کر آگے پڑھتے جائیں۔ سورۃ مکمل ہونے پر نیچے حالات لکھ دیں۔ مثلاً آدمی کا نام آگے والدہ کا نام پھر (فلاں بن فلاں) دوسرے آدمی کا نام والدہ کا نام (فلاں بن فلاں) نیت کریں اور نام لیکر پھر ان دونوں کے درمیان دشمنی کی بابت پڑھ کر پھونک مار کر بند کردیں اور اس کو وزن کے نیچے دبا دیں۔

جادو، ٹونہ، آسیب واپس جائے، دشمن منہ کی کھائے، گھر میں بے برکتی ختم کرنے کے لیے:

نماز عشاء کے بعد گھر آئیں۔ ایک تاریک کمرے میں جائے نماز بچھا کر پانی کا گلاس سامنے رکھ کر اوّل 11 دفعہ درود شریف بعد میں 100 مرتبہ آیۃ الکرسی، آخر میں 11 دفعہ درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور ہاتھوں پر پھونک مار کر پورے جسم پر پھیر لیں۔ جادو ٹونہ اور آسیب کیلئے آزمودہ ہے۔ اللہ کے فضل سے اس کی بڑی عجیب تاثیر ہے۔ دشمن ناکام ہوں گے عمل مدت 11 دن۔ فرق کم ہو تو 21 دن کریں۔

دار چینی کا ٹوٹکہ:

ڈیڑھ پاؤ پانی میں 2 عدد لونگ 1 چمچ پسی ہوئی دار چینی ڈال کر اُبال لیں۔ بعد میں حسب ذائقہ شہد ڈال کر پئیں۔ صبح نہار منہ شام 4 بجے۔ دن میں 2 مرتبہ پئیں۔ کمزوری، قوت باہ کے لیے انتہائی مفید ہے۔ میں نے خود یہ استعمال کیا ہے مجھے کمزوری کیلئے بہت فائدہ مند ثابت ہوا۔ یہ ٹوٹکہ مجھے ڈاکٹر اسد صاحب ایم بی بی ایس لاہور نے بتایا تھا۔

انتہائی سخت حالات میں آسانیاں پیدا کرنے کے لیے، گھر میں برکت کے لیے بھی آزمودہ ہے

میں نے خود یہ عمل کیا ہے۔ میرے اوپر بہت سخت حالات آئے لیکن اللہ کے فضل و کرم سے، اللہ پاک کے کلام کی برکت سے بالکل ٹھیک ہوگئے۔

اول آخر 11 مرتبہ درود شریف، 121 مرتبہ سورۃ یٰسین، 121 مرتبہ سورۃ رحمٰن، 345 مرتبہ سورۃ فاتحہ۔ عمل شروع کریں 11 مرتبہ درود شریف پڑھیں، پانی سامنے پاس رکھ لیں، جتنا ممکن ہو سکے مندرجہ بالا سورتیں پڑھیں اور 11 مرتبہ درود شریف پڑھ کر پھونک ماریں۔ پھر دوبارہ شروع کرنے سے پہلے 11 مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ پھر درمیان میں اگر کوئی کام ہو تو پھر 11 مرتبہ درود شریف پڑھ کر پھونک مار لیں۔ کوشش کریں کہ 3 دن میں ختم کر لیں اگر نہ ہو سکے تو پھر اپنے گھر والے مل کر (بالغ) ایک ہی مجلس میں پڑھ لیں اور پڑھ کر پانی پر پھونک ضرور ماریں۔ سورۃ فاتحہ کوشش کر کے ضرور خود پڑھیں۔ پھر دعا کریں اور پانی خود اور گھر والے استعمال کریں اللہ تعالیٰ ان شاء اللہ اپنا خصوصی فضل فرمائیں گے۔

عمل سورۃ رحمٰن: فجر اور عصر کے بعد سورۃ رحمٰن (7 مرتبہ) اول آخر 7 دفعہ درود شریف پڑھنے سے پڑھنے والا شیطانی اثرات سے محفوظ ہو جاتا ہے، جنات کے شر سے بھی محفوظ ہو جاتا ہے اور دباؤ تو خود بخود ختم ہو جاتا ہے۔ مستقل 2 سال سے آزمودہ ہے۔

ہر مشکل کا آسان حل (ایک اللہ کا بندہ)

ایک اللہ والے سخت مشکل اور بیماری میں مبتلا تھے کہ ان کو حضور ﷺ کی زیارت نصیب ہوئی۔ آپ ﷺ کے ساتھ اصحابؓ کی پوری جماعت تھی جو آپ ﷺ کے دائیں، بائیں اور پیچھے کھڑے تھے۔ حضور ﷺ نے مجھ سے فرمایا ان کلمات **بِسْمِ اللّٰہِ رَبِّیَ اللّٰہُ حَسْبِیَ اللّٰہُ تَوَکَّلْتُ عَلَی اللّٰہِ اِعْتَصَمْتُ عَلَی اللّٰہِ فَوَّضْتُ اَمْرِیْ اِلَی اللّٰہِ مَاشَآءَ اللّٰہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ۔** کو بہت پڑھا کرو۔ اس میں ہر بیماری سے شفا ہے۔ اور ہر تکلیف کو کشائش اور ہر دشمن پر کامیابی ہے۔ پہلے پہلے اسے حاملین عرش نے پڑھا تھا۔ جب انہیں عرش کے اٹھانے کا حکم ہوا اور قیامت تک اسے پڑھتے رہیں گے۔ ایک شخص نے جو آپ ﷺ کے دائیں یا بائیں بیٹھے ہوئے تھے۔ پوچھا کہ یارسول ﷺ اگر کوئی اسے دشمن کے سامنے کے وقت پڑھے۔ فرمایا: واہ اس میں فتح و نصرت ہے اور خوشخبری ہے۔ میں نے خیال کیا کہ وہ حضرت ابوبکرؓ ہیں۔ فرمایا یہ میرے چچا حضرت حمزہؓ ہیں۔ پھر اپنے دست مبارک سے بائیں طرف اشارہ کر کے فرمایا یہ شہداء ہیں، پھر پیچھے کی طرف اشارہ کر کے فرمایا: یہ صالحین ہیں، پھر آپ ﷺ تشریف لے گئے۔ میں بیدار ہوا تو میری بیماری جاتی رہی اور صبح سے پہلے میں تندرست ہو گیا۔ والحمد للہ رب العالمین۔

(بقیہ: سنبھالو کے اثرات)

رونما نہ ہوئی اور نہ ہی ان کے وزن میں کمی بیشی نوٹ کی گئی۔ ان جانوروں میں سے کئی ایک حاملہ ہوگئیں جو ہارمونل سائیکل میں ناہمواری کی بنا پر پہلے اس قابل نہ تھیں اور کئی ایک کے ہارمونل سائیکل میں بہتری کے آثار پیدا ہوئے۔ اس کے بعد ٹیسٹ رپورٹ کے مطابق بعد میں اسی مرض میں مبتلا کئی عورتوں پر یہ دوا آزمائی گئی جن میں سے 45 ایسی مریض عورتوں کا علاج معالجہ کیا گیا جو تولیدی نظام کے مطابق حاملہ ہونے کے قابل تو تھیں مگر ہامونل سائیکل میں ناہمواری تھی۔ ان کا بطور ٹیسٹ کیس علاج کیا گیا جن کی عمر 23 سال سے 39 سال تک تھی۔ نوے روز کے بعد سات عورتیں حامل ہوگئیں۔ پچیس عورتوں میں ہارمونل سائیکل کی صورت اعتدال پر پہنچی جبکہ باقی ماندہ کا رجحان ومیلان مثبت پایا گیا۔ اس دوا کے استعمال سے قلت حیض، کثرت حیض، حیض کا درد سے آنا، مدت حیض میں کمی بیشی اور حیض کا مقررہ اوقات سے آگے پیچھے ہونا، ماہواری سے پہلے پستانوں میں درد محسوس کرنا، یہ تمام تکالیف دور ہو جاتی ہیں۔ جبکہ بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت میں بھی بہتری پیدا ہو جاتی ہے۔

سنبھالو (Vitex Negundo) کے بیجوں میں بڑے پیمانے پر (Methoxylaed . Flavones) پائے جاتے ہیں جو نسوانی مخصوص بیماریوں کیلئے مفید ثابت ہوئے ہیں۔ (بحوالہ یورپین جنرل آف ہربل میڈیسن شمارہ 11 ستمبر 1994ء جلد اوّل)

ترکیب استعمال: ایک دو کی نسبت سے یعنی ایک حصہ دوا اور دو حصے پانی جوش دے کر پانچ ایم ایل یعنی ایک بڑا چمچہ روزانہ ناشتے کے بعد صرف دن میں ایک بار نوے روز تک استعمال کیا جائے۔ پیچیدہ صورت میں مقدار خوراک دس ایم ایل تک بڑھائی جا سکتی ہے۔ لیکن مقررہ سے زیادہ خوراک سے عام طور پر اجتناب ہی بہتر ہوگا۔

(بقیہ: چھ سورتوں کا روحانی پیکیج)

بھائی اسلام الدین سے کراتے ہیں۔ خلوص، محبت اور اخلاق کا نمونہ۔ جن کے انگ انگ میں مخلوق کی خدمت اور درد بھرا ہوا ہے۔ بندہ نے ان سے 0333-4363286 پر رابطہ کیا پھر ان کی رہائش گاہ پر ملاقات کے لیے حاضر ہوا۔ بہت محبت دینے اور محبت کرنے والے، عمر رسیدہ مخلص شخصیت سے ملاقات ہوئی، انہوں نے بتایا کہ ایک عرب شیخ نے یہ روحانی فارمولا مجھے عطا کیا اور پھر میں نے لوگوں کو بتانا شروع کیا۔ جس جس کو بھی بتایا اسے سر کے بالوں سے لے کر پاؤں کے ناخن تک ہر درد میں بہت فائدہ ہوا، جسم ہلکا، دل تندرست، نظر لاجواب اور طبیعت ہشاش بشاش ہوئی۔ اب تک نامعلوم سالہا سال سے کتنے بے شمار لوگوں کو بتایا اور جس کو بھی بتایا اسی کو فائدہ ہوا اور لاجواب فائدہ ہوا۔ جوڑوں اور جسم کے درد کے ایسے لاعلاج مریض جو نئے گھٹنے اور نئے جوڑ باہر کے ملکوں سے ڈلوا آئے تھے، لیکن پھر بھی افاقہ نہ ہوا، وہ فوری تندرست ہو گئے۔ قارئین اگر یہ عمل گھر کا ہر فرد کرتا رہے تو گھریلو جھگڑوں، مسلسل بیماریوں، ناچاقیوں اور پریشانیوں کا بالکل آسان اور سستا علاج ہے۔ بندہ نے بیشمار ایسے لوگوں کو جن کے ہاں جادو، جنات، نظر بد اور ٹونے بندش کی علامات تھیں، انہیں بہت فائدہ ہوا حالانکہ اس سے پہلے وہ تمام علاج سے تنگ آ گئے تھے۔ پاگل خانے تک پہنچے ہوئے لوگوں کی زندگی کو پھر سے گھر میں ہنستا مسکراتا لانا اس عمل کا ادنیٰ سا فائدہ ہے۔ کاروباری رکاوٹ اور بندش جو کسی بھی طرح درست نہ ہوتی ہو، اس کے لیے نہایت ہی اکسیری اور آزمودہ وظیفہ ہے۔ بس قارئین اتنا کہنا لازم سمجھوں گا کہ محنت اور مستقل مزاجی ہی سب اعمال کے نفع سے استفادہ کراتی ہے۔ جلدی کریں گے تو بدگمان ہو جائیں گے۔

(بقیہ: ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا)

پیش کر دجیسی حضرت صدیق اکبرؓ نے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ کی۔ کبھی ذرہ برابر مخالفت نہ کرنے کی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے انہیں "صدیق" کے خطاب سے نوازا○ فرمایا شکم سیر کو حکمت حاصل نہیں ہوتی○ فرمایا قلیل کھانا جسمانی توانائی کا ذریعہ اور قلیل گناہ روحانی توانائی کا ذریعہ ہے○ فرمایا کہ خوف الٰہی کی نشانی یہ ہے کہ خدا کے سوا ہر شے سے بے خوف ہو جائے○ فرمایا جو قضا وقدر پر راضی رہتا ہے وہ ہی اپنے نفس سے واقف ہو جاتا ہے۔

☆**اقوال حضرت بایزید بسطامیؒ:** آپؒ فرمایا کرتے تھے کہ میں نے بارہ سال تک نفس کو ریاضت کی بھٹی میں ڈال کر مجاہدے کی آگ سے تپایا اور ملامت کے ہتھوڑے سے کوٹتا رہا، جس کے بعد میرا قلب آئینہ بن گیا، پانچ سال مختلف قسم کی عبادات سے اس پر قلعی چڑھاتا رہا، ایک سال تک جب میں نے خود اعتمادی کی نظر سے اس کا مشاہدہ کیا تو اس میں تکبر وخود پسندی کا مادہ موجود پایا، چنانچہ پھر مسلسل پانچ سال تک سعی بسیار کے بعد اس کو مسلمان بنایا اور جب اس میں خلائق کا نظارہ کیا تو سب کو مردہ دیکھا اور نماز جنازہ پڑھ کر ان سے اس طرح کنارہ کش ہو گیا۔ جس طرح لوگ نماز جنازہ پڑھ کر قیامت تک کیلئے مردے سے جدا ہو جاتے ہیں۔ اس کے بعد مجھے واصل الی اللہ کا مرتبہ حاصل ہو گیا○ آپ عشاء کی چار رکعت پڑھ کر سلام پھیرتے ہوئے فرماتے کہ یہ نماز قابل قبول نہیں یہ کہہ کر پھر چار رکعت نماز پڑھتے پھر یہی فرماتے کہ یہ بھی قابل قبول نہیں حتیٰ کہ اسی طرح رات ختم ہو جاتی اور صبح کو اللہ تعالیٰ سے عرض کرتے کہ میں نے تیری بارگاہ کے لائق نماز کی بہت سعی کی لیکن محروم رہا کیونکہ جیسا میں خود ہوں ویسی ہی میری نماز ہے لہٰذا مجھے اپنے بے نمازی بندوں میں شمار کر○ فرمایا بھوک ایک ایسا ابر ہے جس سے رحمت کی بارش ہوتی رہتی ہے○

☆**اقوال حضرت شفیق بلخیؒ:** جب لوگوں نے آپ سے سوال کیا کہ اللہ پر کامل اعتماد کرنیوالا کون ہے؟ فرمایا جو دنیاوی شے کے فوت ہو جانے کو غنیمت تصور کرے اور جو اللہ کے وعدوں کو انسانوں کے وعدوں سے زیادہ اطمینان بخش سمجھے○ فرمایا کہ میں نے متعدد علماء سے سوال کیا کہ دانشور، دولت مند، بخیل، دانا اور درویش کا کیا مفہوم ہے؟ اور سب نے یہی جواب دیا کہ دانشور وہ ہے جو حب دنیا سے احتراز کرے۔ دولت مند وہ ہے جو قضا وقدر پر مطمئن رہے، دانا وہ ہے جو فریب دنیا میں مبتلا نہ ہو سکے، درویش وہ ہے جو زیادہ طلب نہ کرے، اور بخیل وہ ہے جو دولت کو مخلوق سے زیادہ عزیز تصور کرتے ہوئے کسی ایک کو حبہ نہ دے۔

(بقیہ: فاقہ کی کرامات اور جدید سائنس)

دو واقعات صرف بطور نمونہ ہیں۔ ایسے بے شمار واقعات لاماٰئی کتابوں میں بھرے ہوئے ہیں۔ آج دنیا سکون کی تلاش میں ہے۔ یہ سکون باہر نہیں اندر (ایمان کی طاقت اور اعمال کی قوت) سے ملے گا۔ قارئین میری باتوں کو مبالغہ سمجھیں کیونکہ ایک چھوٹے دماغ کا آدمی ضدی ہوتا ہے یہ فخر ایک بڑے دماغ کو حاصل ہے کہ کہیں رہبر بنتا ہے اور کہیں رہبری قبول کرتا ہے۔" اس کیلئے مزید کتب مندرجہ ذیل ہیں۔

1. Astral Plane..................Lead Beater

2.Man and His Bodies..........Annie Besant

3.Little Journeys in to the Invisible by Gifford Shin

(بقیہ: شیر اور گیدڑ کا مقدمہ، بندر کا انصاف)

انہوں نے یک زبان ہو کر کہا: "ضرور کیوں نہیں، اے اللہ کے رسول ﷺ۔" آپ ﷺ نے ایک طاقت ور جسم والے صحابیؓ کو آگے بڑھنے کا اشارہ فرمایا۔ وہ فوراً آگے بڑھے، آپ ﷺ نے بنوکلاب کا جھنڈا انہیں عطا فرمایا اور بنوکلاب سے فرمایا: "اب تم پورے ہزار کے برابر ہو۔ جاؤ اپنے امیر کی اطاعت کرو۔" یہ صاحب جنہیں نبی کریم ﷺ نے پورے ایک سو کے برابر قرار دیا، حضرت ضحاک بن سفیانؓ تھے۔ تاریخ میں یہ سیاف رسول ﷺ مشہور ہوئے یعنی نبی کریم ﷺ کے شمشیر بردار محافظ۔ حضرت ضحاک بن سفیانؓ کا شمار اپنے دور کے نامور بہادروں اور سرور عالم ﷺ کے نہایت جاں نثاروں میں ہوتا ہے۔ ان کی کنیت ابوسعد یا ابوسعید تھی۔ بنوکلاب سے تعلق رکھتے تھے۔ یہ مشہور نجدی قبیلے بنوعامر کی ایک شاخ تھی۔ یہ تلوار اٹھائے نبی ﷺ کی حفاظت کی غرض سے آپ ﷺ کے قریب کھڑے رہتے تھے۔ اسی لیے انہیں سیاف رسول ﷺ کا خطاب ملا۔ آج کے الفاظ میں آپ ﷺ کا باڈی گارڈ کہہ لیں۔ زمانہ جاہلیت میں یہ اپنے قبیلے کے معزز آدمی تھے، شعر وشاعری کا بھی شوق تھا۔ آپ فتح مکہ سے کچھ عرصہ پہلے ایمان لے آئے تھے۔ مسلمان ہونے پر نبی کریم ﷺ نے انہیں اپنے قبیلے کا امیر مقرر فرمایا۔ آپ ﷺ نے انہیں بنوکلاب کے صدقات وصول کرنے کی ذمہ داری بھی سونپی۔ ایک قبیلے بنوقرطا نے مسلمانوں کے خلاف سرگرمی دکھائی تو نبی کریم ﷺ نے حضرت ضحاکؓ کو ان کی طرف روانہ فرمایا۔ قبیلہ قرطا، قبیلہ بنوبکر کی ایک شاخ تھی۔ حضرت ضحاکؓ نے ان پر حملہ کیا اور انہیں شکست سے دوچار کر کے نبی کریم ﷺ کو اطلاع دی۔ غزوہ حنین میں بنوسلیم کے مجاہدین کی کمان حضرت ضحاکؓ کے ہاتھ میں تھی۔ ربیع الاول 9 ہجری میں سرور عالم ﷺ نے حضرت ضحاکؓ کو خود ان کے قبیلے بنوکلاب کی طرف روانہ فرمایا تاکہ اس قبیلے کے مشرکین کو سبق سکھایا جا سکے۔ آپ ﷺ نے اس مہم کی قیادت حضرت ضحاکؓ کے سپرد فرمائی۔ چنانچہ اسی بنیاد پر یہ مہم سریہ ضحاک بن سفیانؓ کے نام سے مشہور ہوئی۔ مشرکین نے مقابلہ کیا، لیکن حضرت ضحاکؓ کے مقابلے میں ان کی ایک نہ چلی اور آخر ہتھیار ڈال دیے۔ 11 ہجری میں نبی کریم ﷺ کے وصال کے بعد حضرت ابوبکر صدیقؓ خلیفہ بنے تو سارے عرب میں فتنہ وفساد کی لہر دوڑ گئی۔ قبل کے قبائل مرتد ہو گئے۔ اسلام چھوڑ بیٹھے۔ کسی نے کہا ہم زکوٰۃ نہیں دیں گے تو کسی نے مسلیمہ کو نبی مان لیا۔ قبیلہ بنوسلیم بھی اس رو میں بہہ کر مرتد ہو گیا۔ حضرت ابوبکر صدیقؓ نے ان کی طرف حضرت ضحاک بن سفیانؓ کو روانہ کیا۔ حضرت ضحاکؓ جب ان کے مقابلے میں پہنچے تو دیکھا مرتدین بہت بڑی تعداد میں تھے۔ یہ ان کے ساتھ بڑی بہادری سے لڑے۔ زبردست جنگ ہوئی...... اس لڑائی میں حضرت ضحاکؓ مرتدین کے خلاف لڑتے ہوئے شہید ہو گئے۔ لیکن ان کا خون رائیگاں نہیں گیا۔ نبوت کے جھوٹے دعوے دار کے خلاف حضرت خالد بن ولیدؓ کو روانہ کیا گیا اور انہوں نے اسے شکست فاش دی۔ جن مرتدوں نے مسلمانوں کے خون سے اپنے ہاتھ رنگے تھے، انہیں قتل کر دیا گیا۔ حضرت ضحاک بن سفیانؓ بنیادی طور پر ایک مجاہد تھے اور زندگی کا زیادہ تر حصہ جہادی اسفار ومشاغل میں گزارا، اس لیے انہیں احادیث بیان کرنے کا موقع نہ مل سکا۔ ان سے صرف چار احادیث روایت کی گئی ہیں۔ سیدنا عمر فاروقؓ حضرت ضحاکؓ کی رائے کو بہت اہمیت دیتے تھے۔ انہیں نبی کریم ﷺ سے بہت محبت تھی۔ اسی طرح اللہ کے رسول ﷺ بھی، ان سے بہت محبت کرتے تھے۔ اللہ تعالیٰ کی ان پر

عبقری 29 **حافظہ کو قوی کرنے کیلئے:** حافظہ کو قوی کرنے کیلئے یا**ذوالجلال والاکرام** اکسیر ہے صبح وشام 1,1 تسبیح کا ورد رکھیں۔ (ترمذی، مجموعہ وظائف)

زندگیوں پر رزق کے اثرات

اس کی بیوی کا رویہ مزید متکبرانہ ہوگیا اور اس نے اپنے تمام رشتہ داروں کو تنگ کرنا شروع کردیا۔ جس کی وجہ سے تمام رشتہ دار آہستہ آہستہ ساتھ چھوڑ گئے اور اچانک بچہ بیمار ہوگیا' کافی رقم اس پر خرچ ہوگئی کیونکہ سعودی عرب سے آمدنی مسلسل آرہی تھی مگر وہ بند ہوگئی

(سید واجد حسین بخاری)

ایک شخص سنار کا کام کرتا تھا اور اس کی شروع سے خواہش تھی کہ بیرون ملک چلا جاؤں۔ اس نے مختلف کام کیے اور زیورات میں بہت زیادہ کھوٹ ملایا اور کسی نہ کسی طرح سعودی عرب پہنچ گیا اور ورکشاپ میں کام کیا اور دل لگا کر اپنے مالک کیلئے نئی راہیں تلاش کیں۔ جس کی وجہ سے مالک اس پر اعتماد کرنے لگا اور پوری دکان کی چابیاں اسے دے دیں اور نیک نیتی نے بھی اپنا اثر دکھایا اور گھر بھی رقم بھیجنا شروع کردی۔ غربت زیادہ تھی مگر جب رقم گھر آنے لگی تو اس کی بیوی سخت مغرور ہوگئی اور اللہ کی نعمتوں کی بے قدری شروع کردی اور اپنے کسی رشتہ دار سے سیدھے منہ بات بھی نہ کرتی تھی۔ ہزاروں روپے ماہانہ آرہے تھے، ادھر سعودی عرب میں کمانے والا بھی مغرور ہوگیا اور اس کا گاہکوں کیساتھ رویہ بھی درشت ہوگیا اور نقصان ہونے لگا۔ مالک نے کہا کہ تم واپس چلے جاؤ۔ جب اس شخص نے سنا کہ مالک واپس بھیج رہا ہے تو اس نے کافی سونا چھپالیا اور مختلف انداز سے تقریباً ایک کروڑ روپیہ پاکستان لایا۔ یہ آج سے 10 سال پہلے کی بات ہے۔ 10 سال پہلے ایک کروڑ روپیہ اچھی خاصی رقم تھی۔ اب اس کی بیوی کا رویہ مزید متکبرانہ ہوگیا اور اس نے اپنے تمام رشتہ داروں کو تنگ کرنا شروع کردیا۔ جس کی وجہ سے تمام رشتہ دار آہستہ آہستہ چھوڑ گئے۔ اچانک اس کا بچہ بیمار ہوگیا، کافی رقم اس پر خرچ ہوگئی۔ سعودی عرب سے جو آمدنی مسلسل آرہی تھی وہ اب بند ہوگئی تھی اور رقم آہستہ آہستہ ہوا ہوگئی اور پتا بھی نہ چلا۔ رشتہ دار پہلے ہی چھوڑ گئے تھے۔ ان کے پاس اب جانہیں سکتے تھے۔ ایک واقف کار ملتان میں رہتے تھے ان کے پاس چلے گئے۔ انہوں نے مزار بہاؤالدین زکریا ملتانی ؒ پر ٹھیکہ لے دیا ہے جہاں اس نے ایک ایک روپے کے ''چھلے'' اور ہار فروخت کرنا شروع کردیے اور ٹھیکہ کی رقم پوری کرنے کیلئے کبھی کبھار جوتوں کی رکھوالی بھی کرنا پڑتی ہے۔ ایک ایک روپیہ اکٹھا کرکے گزر اوقات ہوتی ہے اسی سے ٹھیکہ کی رقم بھی دیتے ہیں اور بچوں کا پیٹ بھی پالتے ہیں۔

بھائی نے بہن کو گولی ماردی

ایک صاحب پولیس ڈیپارٹمنٹ میں اسسٹنٹ سب انسپکٹر (ASI) ہے۔ پولیس میں اچھی کارکردگی ہے' لمبا تڑنگا قد' موٹا تازہ' علاقے میں اس کی بڑی دہشت ہے۔ اکثر چور اور جرائم پیشہ افراد اس سے ڈرتے ہیں کیونکہ اس کی مار بہت مشہور ہے اور جو بھی تھانہ میں گرفتار ہوکر آتا تھا اس کو مارنا پیٹنا شروع کردیتا تھا۔ پہلے مارتا تھا اور بعد میں پتہ کرتا تھا کہ تم حق پر گرفتار ہوئے یا ناحق گرفتار ہوئے ہو اگر جاتے ہی اس کو رشوت کی رقم فوراً دے دو تو وہ نہیں مارتا۔ اس لیے لوگ اس اے ایس آئی کی مار سے بچنے کیلئے فوراً رشوت کی رقم دیتے تھے۔ اب یہ بھی شیر بن گیا تھا کیونکہ وہ اپنے افسران کو بھی رقم پہنچاتا تھا۔ اس وجہ سے گھر میں بھی چیزیں آنا شروع ہوگئیں تھیں۔ یہ اے ایس آئی غریب گھرانے کا آدمی تھا، گھر بھی پرانی طرز کا بنا ہوا تھا۔ مجبوراً کرائے کے مکان میں رہنے لگا۔ اب مکان کا کرایہ بھی دینا پڑتا تھا۔ اس کے دو بچے تھے ایک بیٹا اور ایک بیٹی۔ بیٹے کی عمر 14/15 سال تھی اور جبکہ بیٹی کی عمر 10/11 سال تھی۔ اے ایس آئی کی عادت تھی کہ روزانہ کی رقم لاکر الماری کے ایک کونے میں رکھتا تھا۔ ایک دن اس کا لڑکا دیکھ رہا تھا۔ ابا رشوت کی رقم یہاں رکھتا ہے۔ دوسرے دن اے ایس آئی آیا تو اس نے اپنا بھرا ہوا پستول اس جگہ رکھا جہاں وہ رقم لاکر رکھتا تھا اور اپنی بیوی کو بتانا بھول گیا اور سوگیا۔ صبح 7 بجے جب دونوں بچے سکول جانے کیلئے تیار ہورہے تھے تو لڑکے نے بھرا ہوا پستول اٹھا لیا۔ اس کو معلوم نہ تھا کہ پستول بھرا ہوا ہے۔ اس نے ہنستے ہوئے اپنی بہن پر پستول تان لیا کہ چلاؤں، بہن نے کہا کہ چلاؤ۔ اس نے پستول چلادیا، گولی چلی اور اسی وقت بہن کا بھیجہ اڑادیا اور موقع پر دم توڑ گئی جبکہ بیٹے کا ذہنی توازن صدمہ کی وجہ سے خراب ہوگیا ہے۔ اگر اے ایس آئی رشوت کی رقم گھر نہ لاتا اور بچے نہ دیکھتے تو شاید یہ واقعہ پیش نہ آتا۔

(بقیہ: زندگی کا مقصد)

تو وہ اللہ کو پیارے ہوگئے ہمیں بھی ہر وقت کچھ اچھا کام کرتے رہنا چاہیے۔ ہوسکتا ہے کہ وہی ہماری زندگی کا مقصد ہو۔

مزید کہنے لگے کہ میں ابھی آپ لوگوں کو دیکھ رہا تھا آپ کس طرح کے کلمات اس لڑکے کے متعلق کہہ رہے تھے۔ کہنے لگے کہ ہمیں اس طرح کسی کا مذاق نہیں اڑانا چاہیے ہوسکتا ہے کہ اس کی کوئی ادا اللہ کو بہت پسند ہو اور وہ ہم میں نہ ہو۔ جب بھی ایسے لوگوں کو دیکھیں تو ان کیلئے اور اپنے لیے بہتری کی دعا کریں۔ پھر انہوں نے ایک واقعہ سنایا۔

کہنے لگے کہ ہمارے ہاں ایک مہندی کی تقریب تھی۔ لڑکے لڑکیاں سب جارہے تھے اور ہوٹنگ (Hooting) بھی کررہے تھے کہ اچانک کسی لڑکی کی آواز کانوں میں پڑی۔ اس کی آواز بڑی چبھتی ہوئی آواز تھی۔ ہمارے ایک دوست نے ایسے ہی کہہ دیا کہ '' یہ کوّی کہاں سے آگئی'' حالانکہ اس نے لڑکی کو دیکھا تک نہ تھا۔ جب اس دوست نے پیچھے مڑ کر دیکھا تو لڑکی وہیں کھڑی ہوئی تھی اور اس کا رنگ بھی کافی گہرا تھا۔ وہ فوراً اس تقریب سے نکلی اور اگلی فلائٹ سے واپس امریکہ چلی گئی۔ ہمارے دوست نے اس کے عزیز و اقارب سے کہا کہ کسی طرح ایک مرتبہ ہماری اس سے بات کرادیں تاکہ ہم معذرت کرسکیں لیکن وہ لڑکی ایسی دلبرداشتہ ہوئی کہ اس نے امریکہ جاکر خودکشی کرلی۔ مزید کہنے لگے کہ یہ الفاظ ہمارے دوست کو بہت مہنگے پڑے اور اب شاید ساری عمر ان کے کہے ہوئے الفاظ انہیں اذیت دیتے رہیں۔

ہمیں ایسے الفاظ استعمال نہیں کرنے چاہئیں جو کسی کی دل آزاری کا سبب ہوں۔ ہوسکتا ہے کہ ہمارے لیے وہ صرف الفاظ ہوں لیکن کسی کیلئے وہی الفاظ زندگی و موت کی وجہ بن سکتے ہیں۔ یہ باتیں کرنے کے بعد وہ صاحب کسی کام کی وجہ سے اٹھ کر چلے گئے لیکن ہمارے لیے یہ ملاقات انتہائی نفع بخش رہی اور ہمیں اپنی غلطیوں کا احساس ہوا۔

میرے ایک دوست جو کہ میرے ساتھ آفس میں ہوتے ہیں کہنے لگے کہ ''میرے ماموں اچانک بیمار ہوگئے۔ ان کے پاؤں اور پنڈلیوں پر شدید خارش ہونے لگی، پنڈلیاں سوکھ گئیں اور ان سے پانی بھی نکلنے لگا لیکن کافی علاج کے باوجود کوئی فرق نہیں پڑ رہا تھا۔ میرے ماموں انتہائی دیندار آدمی ہیں اور اللہ کی مخلوق کی فکر میں انہوں نے بہت وقت لگایا ہے۔

ایک رات وہ سو رہے تھے کہ انہیں خواب میں ایک بزرگ ملے اور کہا کہ ''اپنی چپل سے گند تو صاف کرلو'' یہ خواب انہوں نے دو تین مرتبہ دیکھا تو انہوں نے اپنی چپل کو دیکھا جو کہ انہوں نے نماز پڑھنے کیلئے مسجد جانے کیلئے مخصوص رکھی ہوئی تھی تو انہیں یاد آیا کہ قریباً پانچ، چھ مہینے سے اس چپل میں ایک کیل گھس گیا تھا اور وہ جب بھی نماز کیلئے جاتے تھے تو وہ کیل انہیں چبھتا تھا۔ انہوں نے وہ کیل نکالا تو تھوڑے ہی دنوں میں ان کی بیماری دور ہونے لگی اور اب اللہ کے فضل سے کافی بہتری ہے۔ اللہ تعالیٰ اپنے برگزیدہ بندوں کی مشکلات اپنی رحمت سے حل کرتا ہے اور انہیں ان کی کوتاہیوں کا احساس بھی ہوجاتا ہے۔

گنجا پن دور کرنے کیلئے: گنجے پن کو دور کرنے کیلئے عمدہ کشمش لیں اور اس سے نصف مقدار میں مصبر کھرل میں پیس لیں۔ پانی ملا کر حسب ضرورت سر پر لیپ کرنے سے چند روز میں نئے بال اُگنے لگتے ہیں۔ (اللہ دتہ چشتی نظامی، خانیوال)

قے روکنے کیلئے: بار بار قے اور متلی آتی ہو تو دو تین بار چھوٹی الائچی چبانے سے متلی اور قے بند ہوجائے گی۔

(بقیہ: بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی)

بال سنوار سکتے ہیں، منہ میں لقمہ ڈال سکتے ہیں اور گلاس سے پانی پی سکتے ہیں۔ وہ بچے جن کا ایک ہاتھ سلامت ہے بہت خوش نصیب سمجھے جاتے ہیں۔ کیونکہ ان کے مصنوعی بازو یا ٹانگوں کو حرکت دینے کے لیے کسی شخص کی ضرورت نہیں۔ وہ صحیح وسالم ہاتھ سے خود ہی بٹن دبا کر اپنا دوسرا بازو یا ٹانگیں ہلا سکتے ہیں۔ لیکن وہ بچے جن کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں۔ خود اپنے کسی مصنوعی عضو کو حرکت نہیں دے سکتے۔ ان کے والدین یا دوسرے عزیزوں کو ان کے ہاتھ پاؤں ہلانے کے لیے کوشش کرنا پڑتی ہے۔ ماہرینِ صحت کی رائے ہے کہ یہ بچے دماغی طور پر صحت مند ہیں اور ان کے ساتھ مہربانی اور شفقت سے پیش آنے کی ضرورت ہے۔ ہائیڈل برگ کا ایک پانچ سالہ بچہ جس کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں، ایک سکول میں پڑھتا ہے وہ بڑا ذہین طالب علم ہے اور سب استاد اس کی تعریف کرتے ہیں۔ سکول کے دوسرے بچوں کے مقابلے میں وہ زیادہ دشواری محسوس نہیں کرتا۔ تھالیڈومائڈ پر دن رات تجربات ہو رہے ہیں۔ ان تجربات سے بہت مفید نتائج کی توقع ہے۔ ادھر سائنس دان اس کوشش میں مصروف ہیں کہ مصنوعی اعضا کو زیادہ سے زیادہ مفید، دلکش، سستے اور پائیدار بنایا جائے۔ سب سے بڑا مسئلہ یہ درپیش ہے کہ ہاتھوں سے محروم بچے مصنوعی اعضا کے باوجود بھی دوسروں کے محتاج رہتے ہیں۔ یہ کمی کیسے پوری کی جائے اور وہ کون سا طریقہ ہے جس سے ہاتھ اور پاؤں سے محروم بچہ ایک کام کا صرف ارادہ کرے اور مصنوعی اعضا اس کے ذہن کی پیروی کریں۔ ہوسکتا ہے مستقبل قریب میں سائنس دان اس مسئلے کا حل دریافت کرلیں۔ یورپ میں ایسے بچوں کے والدین کی انجمنیں قائم ہیں جہاں لوگ جمع ہو کر آپس میں تبادلہ خیال کرتے ہیں۔ نئی نئی مشکلات ایک دوسرے کے سامنے رکھی جاتی ہیں اور ان کے حل تلاش کیے جاتے ہیں۔ ننھے منے معصوم بچوں کے لیے علیحدہ کلب بھی کھولے گئے ہیں جہاں یہ بچے مختلف کھیل کھیلتے ہیں اس میں شک نہیں کہ سائنس نے اس میدان میں کارہائے نمایاں انجام دیے ہیں لیکن ابھی بہت کچھ کرنے کی ضرورت ہے۔ نامکمل اعضاء والے بچوں کے ایک ڈاکٹر نے بڑے دکھ سے کہا تھا: ''کاش چاند اور ستاروں کی تسخیر کے بجائے دنیا بھر کے سائنس دان مل کر اس ایک بچے کا دکھ دور کرسکیں جس کے بازو ہیں نہ ٹانگیں۔ جو دن بھر اپنے بستر پر گوشت کے لوتھڑے کی طرح پڑا رہتا ہے۔ اس عمر میں تو خیر والدین کھلا پلا دیتے ہیں لیکن جب وہ بڑا ہوگا تو کیا کرے گا۔ کہاں جائے گا۔ کیسے کمائے گا اس بے رحم دنیا میں سوائے بھیک مانگنے کے شاید وہ اور کوئی کام نہ کر سکے، اور ستم تو یہ کہ اس کام کے لیے بھی اسے دوسروں کی مدد کی ضرورت ہوگی۔''

(بقیہ: معاشی اور جسمانی مشکلات سے نجات)

''اور غصے کے ضبط کرنے والے اور لوگوں سے درگزر کرنے والے ہیں اور اللہ تعالیٰ ایسے نیکوکاروں کو محبوب رکھتا ہے۔'' (سورۃ آل عمران آیت نمبر 134) اگر آپ کو غصہ شدید آتا ہے اور آپے سے باہر ہو جاتے ہیں تو (۱۰۱) دفعہ مذکورہ آیت (۲۱) دن تک چینی پر پڑھ کر کھالیں۔

(۱۰) بیٹے اور بیٹی کیلئے رشتہ نصیب ہو

''اَمَّنْ یُّجِیْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَیَکْشِفُ السُّوْٓءَ'' (پارہ ۲۰ سورۃ النمل ۶۲) ''وہ ذات جو بے قرار آدمی کی سنتا ہے جب وہ اس کو پکارتا ہے (اور اس کی مصیبت کو دور کردیتا ہے) اگر آپ کو اپنی اولاد کا رشتہ نہیں ملتا تو اٹھتے بیٹھتے مذکورہ آیت کا ورد جاری رکھیں۔

(بقیہ: اسلام اور رواداری)

اس خیال سے محاذِ جنگ میں لے جاتے تھے کہ ان کی موجودگی میں اپنی جانوں پر کھیل جائیں اور پیچھے ہٹنے کا نام نہ لیں۔ ایسی حالت میں اگر محاربین قتل ہو جانے یا مغلوب ہونے کے بعد اسیر ہو جاتے تو ان کے اہل وعیال بھی دوسرے اموالِ غنیمت میں شامل کر لیے جاتے۔

(بقیہ: میں نیم بے ہوش ہوگئی)

ترکیب استعمال: 5 کپ پانی کو اچھی طرح ابالیں چینی یا شہد حسب ضرورت ڈالیں اور پھر ایک چمچ سفوف ڈال کر دم میں رکھ کر نیچے آگ بند کر دیں۔ تقریباً 2 منٹ کے بعد اتار کر چائے کی طرح پئیں اگر لیموں کے چند قطرے ڈالیں تو فائدہ بڑھ جائے گا۔

فائدہ: کھانا جتنا مرضی کھایا ہوا اس قہوہ کے استعمال سے فوراً طبیعت بحال، گیس، تبخیر، نزلہ، زکام، الرجی، سر بھاری ہو، دل ڈوبتا ہوا فوراً ختم ہو جاتا ہے اور کھانا فوراً ہضم ہو جاتا ہے۔ یہ نسخہ دراصل مجھے حضرت مفتی عبدالحمید ؒ نے عنایت فرمایا تھا۔ یہ نسخہ ہم نے دوپہر کے کھانے میں معمول بنالیا اور گھر بھر کی معدے کی تکلیف ختم ہوگئی اور خوب فائدہ ہوا۔

کھانے کی لذت کے لیے:

کلونجی اور میتھرے ہم وزن پیس کر چٹکی کھانا میں پکانے کے دوران ڈال دیں تو کھانے میں لذت آجاتی ہے۔

(بقیہ: انمول خزانہ اور درود شریف کی برکات)

میرے ہاتھ آگیا میں نے پورا کتابچہ غور سے پڑھا، کتابچہ میں لوگوں کے واقعات پڑھے جن کے مسائل درود شریف کی برکت سے حل ہوئے۔ کتابچہ میں درود شریف کے متعلق احادیث مبارکہ بھی پڑھیں۔ بزرگوں کے بتائے ہوئے طریقہ بھی درود شریف کے متعلق پڑھے۔ یہ کتابچہ پڑھنے کے بعد میرے دل میں درود شریف پڑھنے کا شوق پیدا ہوا اور میں نے دل میں اللہ کے حضور دعا کی یااللہ میرے دانتوں میں جو خون آنے کا مرض ہے یہ دور ہو جائے تو میں درود شریف کا ورد ہمیشہ جاری رکھوں گا اور درود شریف کی برکات کا یہ معجزہ میں بھی دیکھنا چاہتا ہوں جس طرح کتابچہ میں باقی لوگوں نے آپ بیتی لکھی ہے۔ ساتھ ہی حضور علیہ صلوٰۃ وسلام کی خدمت میں عرض کی یا حضور ﷺ درود شریف کا وظیفہ میں نے شروع کر دیا اللہ کے حضور میری سفارش فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ ﷺ پر میری طرف سے بھیجے درود شریف کی برکت سے میرا مرض دور کردے۔ مجھے بڑی حیرت ہے کہ کچھ دن درود شریف پڑھنے کے بعد میرے دانتوں میں سے خون آنے کا مرض ختم ہوگیا۔ میں نے اس دن سے یہ ارادہ کرلیا کہ میں تاحیات درود شریف کا وظیفہ جاری رکھوں گا۔ بفضل اللہ تعالیٰ میں 15 سال سے چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے لیٹے ہوئے درود شریف پڑھتا رہتا ہوں۔

(بقیہ: پھلی سہانجنا) (11) پھلیوں کے اچار کی خوراک زیادہ سے زیادہ ڈیڑھ تولہ روزانہ۔ احتیاط: گرم مزاج والے احباب اس کا استعمال نہ کریں کیونکہ ان کیلئے نقصان دہ ہے۔ اس کے علاوہ نزلہ زکام اور بخار کے مریضوں کو بھی اس کا استعمال درست نہیں۔

دل میں سرور اور فرحت کے لیے

''یَـاوَارِثُ'' بکثرت پڑھنے سے عمر میں اضافہ، دل میں فرحت اور سرور پیدا ہوتا ہے۔ (بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

(بقیہ: درود شریف کی اہمیت)

سے روایت ہے کہ آپ ﷺ کا ارشاد ہے جو شخص مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے اس پر ستر مرتبہ درود بھیجتے ہیں۔ (ترغیب)

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جس کے سامنے میرا تذکرہ آئے اس کو چاہیے کہ مجھ پر درود بھیجے اور جو مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے گا اللہ تعالیٰ اس پر دس مرتبہ درود بھیجے گا اور اس کی دس خطائیں معاف کرے گا اور اس کے دس درجے بلند کرے گا۔ (نسائی)

حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ بلاشک قیامت میں لوگوں میں سب سے زیادہ مجھ سے قریب وہ شخص ہوگا جو سب سے زیادہ مجھ پر درود بھیجے۔ (ترمذی)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا زمین پر آباد مخلوق کے برابر پروں والا ایک فرشتہ اللہ تعالیٰ پیدا فرماتے ہیں، جس کے بازو مشرق ومغرب میں پھیلے ہوئے ہوتے ہیں، سر عرش سے لگا ہوا، پاؤں تحت الثریٰ میں، جب کوئی درود شریف پڑھتا ہے تو یہ عرش تلے بحر نور کے دریا میں غوطہ لگاتا ہے، پھر باہر نکل کر اپنے پروں کو جھاڑتا ہے۔ اس سے جو قطرے گرتے ہیں ہر قطرے سے ایک فرشتہ پیدا ہوتا ہے جو اس کیلئے قیامت تک بخشش کی دعا مانگتا رہتا ہے۔ (نسائی)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا فرمان ہے جو مجھ پر درود شریف پڑھتا ہے۔ اس کیلئے اللہ تعالیٰ ایک ایسا پرندہ پیدا فرماتے ہیں جس کے ستر ہزار بازو ہوتے ہیں، ہر بازو میں ستر ہزار پر ہوتے ہیں، ہر پر میں ستر ہزار سر ہوتے ہیں، ہر سر میں ستر ہزار چہرے ہوتے ہیں، ہر چہرے میں ستر ہزار منہ ہوتے ہیں، ہر منہ میں ستر ہزار زبانیں، وہ اللہ تعالیٰ کی ستر ہزار بولیوں میں تسبیح کرتا ہے اور اللہ تعالیٰ اس کی ہر تسبیح کے بدلے درود شریف پڑھنے والے کیلئے ثواب لکھتے ہیں (دلائل الخیرات) درود شریف پڑھنے سے یہ کتنی بڑی سعادت حاصل ہوتی ہے کہ جب فرشتے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو ہمارا درود شریف پہنچاتے ہیں تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم خوش ہوتے ہیں۔ دعا فرماتے ہیں اور جواب میں سلام عنایت فرماتے ہیں۔ (بیہقی)

کتنے خوش نصیب ہیں وہ لوگ جو روزانہ ہزاروں بار صلوٰۃ وسلام سے آپ کا جواب پاتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ساری زندگی کی جان توڑ محنت کے بعد اگر ایک بار ہی آپ ﷺ کا جواب سلام مل جائے تو دونوں جہان کی دولت سے کروڑ ہا زیادہ ہے۔ درود شریف کو نہایت ادب واحترام کے ساتھ باوضو دو زانوں بیٹھ کر اس تصور کے ساتھ پڑھیں کہ میں روضہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سامنے بیٹھا ہوں، آپ ﷺ میرا درود شریف سن رہے ہیں اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سینہ اطہر سے انوار وبرکات وفیوضات مثل طوفان مجھ پر آرہے ہیں۔ قرآن کریم نے جس ذکر کثیر کی تعلیم دی ہے۔ درود شریف ہی اس کا صحیح مصداق ہوسکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰ علیہ السلام پر وحی بھیجی کہ اے موسیٰ اگر دنیا میں ایسے لوگ نہ ہوں جو میری حمد وثنا کرتے ہیں تو میں آسمان سے ایک قطرہ پانی نہ ٹپکاؤں، زمین سے ایک دانہ نہ اُگاؤں اور بہت سی نعمتوں کا ذکر کرنے کے بعد فرمایا اے موسیٰ کیا تم یہ چاہتے ہو کہ میں تم سے اس سے بھی زیادہ قریب ہو جاؤں، جتنا تمہاری زبان سے تمہارا کلام، جتنے تمہارے دل سے اس کے خیال تمہارے بدن سے اس کی روح اور تمہاری آنکھ سے اس کی روشنی' عرض کیا جی ہاں! فرمایا نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم پر درود شریف کی کثرت کرو۔ (قول البدیع)

آدمی اس شخص کے ساتھ ہے جس سے وہ محبت کرتا ہے۔ وہ شخص ہلاک نہیں ہوگا جس نے اپنی قدر پہچانی۔

(بقیہ: بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی)

بال سنوار سکتے ہیں، منہ میں لقمہ ڈال سکتے ہیں اور گلاس سے پانی پی سکتے ہیں۔ وہ بچے جن کا ایک ہاتھ سلامت ہے بہت خوش نصیب سمجھے جاتے ہیں۔ کیونکہ ان کے مصنوعی بازو یا ٹانگوں کو حرکت دینے کے لیے کسی شخص کی ضرورت نہیں۔ وہ صحیح وسالم ہاتھ سے خود ہی بٹن دبا کر اپنا دوسرا بازو یا ٹانگیں ہلا سکتے ہیں۔ لیکن وہ بچے جن کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں۔ خود اپنے کسی مصنوعی عضو کو حرکت نہیں دے سکتے۔ ان کے والدین یا دوسرے عزیزوں کو ان کے ہاتھ پاؤں ہلانے کے لیے کوشش کرنا پڑتی ہے۔ ماہرین صحت کی رائے ہے کہ یہ بچے دماغی طور پر صحت مند ہیں اور ان کے ساتھ مہربانی اور شفقت سے پیش آنے کی ضرورت ہے۔ ہائیڈل برگ کا ایک پانچ سالہ بچہ جس کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں، ایک سکول میں پڑھتا ہے وہ بڑا ذہین طالب علم ہے اور سب استاد اس کی تعریف کرتے ہیں۔ سکول کے دوسرے بچوں کے مقابلے میں وہ زیادہ دشواری محسوس نہیں کرتا۔ تھالیڈومائڈ پر دن رات تجربات ہو رہے ہیں۔ ان تجربات سے بہت مفید نتائج کی توقع ہے۔ ادھر سائنس دان اس کوشش میں مصروف ہیں کہ مصنوعی اعضا کو زیادہ سے زیادہ مفید، دلکش، سستے اور پائیدار بنایا جائے۔ سب سے بڑا مسئلہ یہ درپیش ہے کہ ہاتھوں سے محروم بچے مصنوعی اعضا کے باوجود بھی دوسروں کے محتاج رہتے ہیں۔ یہ کمی کیسے پوری کی جائے اور وہ کون سا طریقہ ہے جس سے ہاتھ اور پاؤں سے محروم بچہ ایک کام کا صرف ارادہ کرے اور مصنوعی اعضا اس کے ذہن کی پیروی کریں۔ ہوسکتا ہے مستقبل قریب میں سائنس دان اس مسئلے کا حل دریافت کرلیں۔ یورپ میں ایسے بچوں کے والدین کی انجمنیں قائم ہیں جہاں لوگ جمع ہوکر آپس میں تبادلہ خیال کرتے ہیں۔ نئی نئی مشکلات ایک دوسرے کے سامنے رکھی جاتی ہیں اور ان کے حل تلاش کیے جاتے ہیں۔ ننھے منے معصوم بچوں کے لیے علیحدہ کلب بھی کھولے گئے ہیں جہاں یہ بچے مختلف کھیل کھیلتے ہیں اس میں شک نہیں کہ سائنس نے اس میدان میں کارہائے نمایاں انجام دیے ہیں لیکن ابھی بہت کچھ کرنے کی ضرورت ہے۔ نامکمل اعضاء والے بچوں کے ایک ڈاکٹر نے بڑے دکھ سے کہا تھا: ''کاش چاند اور ستاروں کی تسخیر کے بجائے دنیا بھر کے سائنس دان مل کر اس ایک بچے کا دکھ دور کرسکیں جس کے بازو ہیں نہ ٹانگیں۔ جو دن بھر اپنے بستر پر گوشت کے لوتھڑے کی طرح پڑا رہتا ہے۔ اس عمر میں تو خیر والدین کھلا پلا دیتے ہیں لیکن جب وہ بڑا ہوگا تو کیا کرے گا۔ کہاں جائے گا۔ کیسے کمائے گا اس بے رحم دنیا میں سوائے بھیک مانگنے کے شاید وہ اور کوئی کام نہ کرسکے، اور ستم تو یہ کہ اس کام کے لیے بھی اسے دوسروں کی مدد کی ضرورت ہوگی۔''

(بقیہ: معاشی اور جسمانی مشکلات سے نجات)

''اور غصے کے ضبط کرنے والے اور لوگوں سے درگزر کرنے والے ہیں اور اللہ تعالیٰ ایسے نیکوکاروں کو محبوب رکھتا ہے۔'' (سورۃ آل عمران آیت نمبر 134) اگر آپ کو غصہ شدید آتا ہے اور آپے سے باہر ہوجاتے ہیں تو (۱۰۱) دفعہ مذکورہ آیت (۲۱) دن تک چینی پر پڑھ کر کھالیں۔

(۱۰) بیٹے اور بیٹی کیلئے رشتہ نصیب ہو

''اَمَّنْ یُّجِیْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاہُ وَیَکْشِفُ السُّوْٓءَ'' (پارہ ۲۰ سورۃ النمل ۶۲) ''وہ ذات جو بے قرار آدمی کی سنتا ہے جب وہ اس کو پکارتا ہے (اور اس کی مصیبت کو دور کردیتا ہے)

اگر آپ کو اپنی اولاد کا رشتہ نہیں ملتا تو اٹھتے بیٹھتے مذکورہ آیت کا ورد جاری رکھیں۔

(بقیہ: اسلام اور رواداری)

اس خیال سے محاذِ جنگ میں لے جاتے تھے کہ ان کی موجودگی میں اپنی جانوں پر کھیل جائیں اور پیچھے ہٹنے کا نام نہ لیں۔ ایسی حالت میں اگر محاربین قتل ہوجانے یا مغلوب ہونے کے بعد اسیر ہوجاتے تو ان کے اہل وعیال بھی دوسرے اموالِ غنیمت میں شامل کرلیے جاتے۔

(بقیہ: میں نیم بے ہوش ہوگئی)

ترکیب استعمال: 5 کپ پانی کو اچھی طرح ابالیں چینی یا شہد حسب ضرورت ڈالیں اور پھر ایک چمچ سفوف ڈال کر دم میں رکھ کر نیچے آگ بند کردیں۔ تقریباً 2 منٹ کے بعد اتار کر چائے کی طرح پئیں اگر لیموں کے چند قطرے ڈالیں تو فائدہ بڑھ جائے گا۔

فائدہ: کھانا جتنا مرضی کھایا ہوا اس قہوہ کے استعمال سے فوراً طبیعت بحال، گیس، تبخیر، نزلہ، زکام، الرجی، سر بھاری ہو، دل ڈوبتا ہوا فوراً ختم ہوجاتا ہے اور کھانا فوراً ہضم ہوجاتا ہے۔ یہ نسخہ دراصل مجھے حضرت مفتی عبدالحمید ؒ نے عنایت فرمایا تھا۔ یہ نسخہ ہم نے دوپہر کے کھانے میں معمول بنالیا اور گھر بھر کی معدے کی تکلیف ختم ہوگئی اور خوب فائدہ ہوا۔

کھانے کی لذت کے لیے:

کلونجی اور میتھرے ہم وزن پیس کر چٹکی کھانا میں پکانے کے دوران ڈال دیں تو کھانے میں لذت آجاتی ہے۔

(بقیہ: انمول خزانہ اور درود شریف کی برکات)

میرے ہاتھ آگیا میں نے پورا کتابچہ غور سے پڑھا، کتابچہ میں لوگوں کے واقعات پڑھے جن کے مسائل دود شریف کی برکت سے حل ہوئے۔ کتابچہ میں دورد شریف کے متعلق احادیث مبارکہ بھی پڑھیں۔ بزرگوں کے بتائے ہوئے طریقہ بھی درود شریف کے متعلق پڑھے۔ یہ کتابچہ پڑھنے کے بعد میرے دل میں درود شریف پڑھنے کا شوق پیدا ہوا اور میں نے دل میں اللہ کے حضور دعا کی یا اللہ میرے دانتوں میں جو خون آنے کا مرض ہے یہ دور ہوجائے تو میں درود شریف کا ورد ہمیشہ جاری رکھوں گا اور درود شریف کی برکات کا یہ معجزہ میں بھی دیکھنا چاہتا ہوں جس طرح کتابچہ میں باقی لوگوں نے آپ بیتی لکھی ہے۔ ساتھ ہی حضور علیہ صلوٰۃ وسلام کی خدمت میں عرض کی یا حضور ﷺ درود شریف کا وظیفہ میں نے شروع کردیا اللہ کے حضور میری سفارش فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ ﷺ پر میری طرف سے بھیجے درود شریف کی برکت سے میرا مرض دور کردے۔ مجھے بڑی حیرت ہے کہ کچھ دن درود شریف پڑھنے کے بعد میرے دانتوں میں سے خون آنے کا مرض ختم ہوگیا۔ میں نے اس دن سے یہ ارادہ کرلیا کہ میں تاحیات درود شریف کا وظیفہ جاری رکھوں گا۔ بفضل اللہ تعالیٰ میں 15 سال سے چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے لیٹے ہوئے درود شریف پڑھتا رہتا ہوں۔

(بقیہ: پھلی سہانجنا) (11) پھلیوں کے اچار کی خوراک زیادہ سے زیادہ ڈیڑھ تولہ روزانہ۔ احتیاط: گرم مزاج والے احباب اس کا استعمال نہ کریں کیونکہ ان کیلئے نقصان دہ ہے۔ اس کے علاوہ نزلہ زکام اور بخار کے مریضوں کو بھی اس کا استعمال درست نہیں۔

دل میں سرور اور فرحت کے لیے

''یَـاوَارِثُ'' بکثرت پڑھنے سے عمر میں اضافہ، دل میں فرحت اور سرور پیدا ہوتا ہے۔ **(بیگم منظور۔ حویلی لکھا)**

(بقیہ: درود شریف کی اہمیت)

سے روایت ہے کہ آپ ﷺ کا ارشاد ہے جو شخص مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے اس پر ستر مرتبہ درود بھیجتے ہیں۔ (ترغیب)

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جس کے سامنے میرا تذکرہ آئے اس کو چاہیے کہ مجھ پر درود بھیجے اور جو مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے گا اللہ تعالیٰ اس پر دس مرتبہ درود بھیجے گا اور اس کی دس خطائیں معاف کرے گا اور اس کے دس درجے بلند کرے گا۔ (نسائی)

حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ بلاشک قیامت میں لوگوں میں سب سے زیادہ مجھ سے قریب وہ شخص ہوگا جو سب سے زیادہ مجھ پر درود بھیجے۔ (ترمذی)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا زمین پر آباد مخلوق کے برابر پروں والا ایک فرشتہ اللہ تعالیٰ پیدا فرماتے ہیں، جس کے بازو مشرق ومغرب میں پھیلے ہوئے ہوتے ہیں، سر عرش سے لگا ہوا، پاؤں تحت الثریٰ میں، جب کوئی درود شریف پڑھتا ہے تو یہ عرش تلے بحرنور کے دریا میں غوطہ لگاتا ہے، پھر باہر نکل کر اپنے پروں کو جھاڑتا ہے۔ اس سے جو قطرے گرتے ہیں ہر قطرے سے ایک فرشتہ پیدا ہوتا ہے جو اس کیلئے قیامت تک بخشش کی دعا مانگتا رہتا ہے۔ (نسائی)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا فرمان ہے جو مجھ پر درود شریف پڑھتا ہے۔ اس کیلئے اللہ تعالیٰ ایک ایسا پرندہ پیدا فرماتے ہیں جس کے ستر ہزار بازو ہوتے ہیں، ہر بازو میں ستر ہزار پر ہوتے ہیں، ہر پر میں ستر ہزار سر ہوتے ہیں، ہر سر میں ستر ہزار چہرے ہوتے ہیں، ہر چہرے میں ستر ہزار منہ ہوتے ہیں، ہر منہ میں ستر ہزار زبانیں، وہ اللہ تعالیٰ کی ستر ہزار بولیوں میں تسبیح کرتا ہے اور اللہ تعالیٰ اس کی ہر تسبیح کے بدلے درود شریف پڑھنے والے کیلئے ثواب لکھتے ہیں (دلائل الخیرات) درود شریف پڑھنے سے یہ کتنی بڑی سعادت حاصل ہوتی ہے کہ جب فرشتے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو ہمارا درود شریف پہنچاتے ہیں تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم خوش ہوتے ہیں۔ دعا فرماتے ہیں اور جواب میں سلام عنایت فرماتے ہیں۔ (بیہقی)

کتنے خوش نصیب ہیں وہ لوگ جو روزانہ ہزاروں بار صلوٰۃ وسلام سے آپ کا جواب پاتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ساری زندگی کی جان توڑ محنت کے بعد اگر ایک بار ہی آپ ﷺ کا جواب سلام مل جائے تو دونوں جہان کی دولت سے کروڑ ہا زیادہ ہے۔ درود شریف کو نہایت ادب واحترام کے ساتھ باوضو دو زانوں بیٹھ کر اس تصور کے ساتھ پڑھیں کہ میں روضہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سامنے بیٹھا ہوں، آپ ﷺ میرا درود شریف سن رہے ہیں اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سینہ اطہر سے انوار وبرکات وفیوضات مثل طوفان مجھ پر آرہے ہیں۔ قرآن کریم نے جس ذکر کثیر کی تعلیم دی ہے۔ درود شریف ہی اس کا صحیح مصداق ہوسکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰ علیہ السلام پر وحی بھیجی کہ اے موسیٰ اگر دنیا میں ایسے لوگ نہ ہوں جو میری حمد وثنا کرتے ہیں تو میں آسمان سے ایک قطرہ پانی نہ ٹپکاؤں، زمین سے ایک دانہ نہ اُگاؤں اور بہت سی نعمتوں کا ذکر کرنے کے بعد فرمایا اے موسیٰ کیا تم یہ چاہتے ہو کہ میں تم سے اس سے بھی زیادہ قریب ہو جاؤں، جتنا تمہاری زبان سے تمہارا کلام، جتنے تمہارے دل سے اس کے خیال تمہارے بدن سے اس کی روح اور تمہاری آنکھ سے اس کی روشنی عرض کیا جی ہاں! فرمایا نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم پر درود شریف کی کثرت کرو۔ (قول البدیع)

آدمی اس شخص کے ساتھ ہے جس سے وہ محبت کرتا ہے۔ وہ شخص ہلاک نہیں ہوگا جس نے اپنی قدر پہچانی۔

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹنین بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے سے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔

نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

30

ماہنامہ عبقری® لاہور

دسمبر 2008ء بمطابق ذوالحجہ 1429ء

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ: 20 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

عید مبارک

عبقری حسان ﴿۷۶﴾ فبای الآء ربکما تکذبٰن ﴿۷۷﴾ القرآن

بانی: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 6 جلد نمبر 3 دسمبر 2008 بمطابق ذوالحجہ 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

دسمبر 2008ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی
پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے
بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/240 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تا کہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تا کہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار ہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بر وقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ضروری اطلاع

☆ یکم جنوری 2009 سے حکیم صاحب سے ملاقات کے لیے آنے سے پہلے فون نمبر 042-7552384 یا موبائل نمبر 0322-4688313 پر وقت لے کر آئیں (وقت لینے کے لیے صبح دس بجے سے دوپہر بارہ بجے تک رابطہ کریں) ☆ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات تین بجے اور موسم گرما میں چار بجے شروع ہوتے ہیں۔ ☆ روزانہ صرف تیس لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے، بحث سے گریز کریں ☆ وقت لیتے وقت یہ بات ذہن نشین کر لیں کہ آپ کی باری اگلے دن بھی آسکتی ہے ☆ یہ شیڈول اندرون اور بیرون شہر سے آنے والے تمام ملاقاتی حضرات کے لیے ہے۔ ☆ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ ☆ یہ شیڈول روحانی و جسمانی مسائل میں مبتلا افراد کے علاوہ تمام ملاقاتیوں کے لیے بھی ہے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384 | Website:www.ubqari.net

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز ۹، ر ٹاگور روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

پیغامِ قرآن

اور جو لوگ ہمارے (دین کے) لیے مشقتیں برداشت کرتے ہیں ہم ان کو ضرور اپنے تک پہنچنے کی راہیں سجھا دیں گے (کہ اُن کو وہ باتیں سجھائیں گے کہ دوسروں کو اِن باتوں کا احساس تک نہیں ہوگا) اور بے شک اللہ تعالیٰ اخلاص سے عمل کرنے والوں کے ساتھ ہیں۔

(سورۃ العنکبوت آیت نمبر 69)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت ابوامامہ باہلیؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس شخص کا چہرہ اللہ تعالیٰ کی راہ میں غبار آلود ہوجائے، اللہ تعالیٰ اس کے چہرہ کو قیامت کے دن ضرور (دوزخ کی آگ سے) محفوظ فرمائیں گے اور جس شخص کے دونوں قدم اللہ تعالیٰ کی راہ میں غبار آلود ہوجائیں گے اللہ تعالیٰ اس کے قدموں کو قیامت کے دن دوزخ کی آگ سے ضرور محفوظ فرمائیں گے۔ (بیہقی)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

ابھی چند دن قبل کراچی سے ایک خاتون نے بتایا کہ میرے گھر میں بہت مچھر تھے کہ آٹا گوندھتے ہوئے بھی آٹے میں بے شمار مچھر مرجاتے۔ کھانا پکاتے ہوئے بھی اس میں مچھر چلے جاتے، حتیٰ کہ پینے والا پانی بھی مچھروں سے بھرا ہوتا ہے۔ بے شمار ٹوٹکے، ادویات اور سپرے استعمال کیے لیکن وقتی ازالہ ہوتا پھر وہی مچھروں کا طوفان۔ کسی نے مجھے انمول خزانہ کا وظیفہ دیا، پڑھا تو معلوم ہوا کہ یہ وظیفہ گھریلو مشکلات اور زندگی بھر کی الجھنوں کے لیے بہت مفید ہے۔ (بندہ طارق گزشتہ 20 سال سے زیادہ عرصہ ہوگیا ہے، خود بھی پڑھ رہا ہے اور لاکھوں لوگوں کو پڑھنے کے لیے دیا۔ جنہوں نے وہ انمول خزانے کو پڑھا اور اُنہیں حیرت انگیز رزلٹ ملے) تو میں نے سوچا جو وظیفہ بڑے بڑے دیو، جنات ختم کرنے کے لیے مفید اور موثر ہے تو اس وظیفہ سے یہ چھوٹے چھوٹے مچھر تو آسانی سے ختم ہوسکتے ہیں۔ میں نے کامل یقین سے اسے پڑھنا شروع کیا۔ چونکہ اعتماد، کامل اور پختہ تھا اس لیے صرف چند دنوں میں اس کے نتائج ملنا شروع ہوگئے اور میرا گھر ایسے پاک صاف ہوگیا کہ جیسے آج تک اس میں مچھر تھے ہی نہیں۔ بس بات ہے پختہ یقین کی۔

بندہ کے دیرینہ مخلص دوست اور ایک عظیم ادبی شخصیت جناب محمد الطاف قمر (DIG POLICE) وہ جہاں پولیس کا اعلیٰ عہدہ رکھتے ہیں، وہاں علمی اور ادبی حلقے میں بھی اچھا مقام رکھتے ہیں۔ ان کی گھریلو ذاتی لائبریری قابل دید ہے۔ موصوف کا کتابوں سے عشق کی حد تک تعلق ہے۔ ایک دفعہ کہنے لگے کہ میرے پاس اب کتابیں رکھنے کی جگہ نہیں جبکہ کتابیں مسلسل بڑھ رہی ہیں۔ پچھلے دنوں دورانِ گفتگو کہنے لگے کہ اسلام آباد میں اپنے محکمہ کے ایک بہت بڑے افسر کے گھر دعوت میں گئے تو موصوف کی اہلیہ میری اہلیہ سے کہنے لگی کہ کچھ عرصہ قبل کسی ملنے والی خاتون نے ایک وظیفہ دیا جو کہ بندش، جادو اور گھریلو مسائل کے لیے نہایت لاجواب ہے۔ خود ہماری فیملی نے بھی آزمایا ہے۔ چونکہ میری اہلیہ کا ذکر واذکار کی طرف بہت دھیان ہے اور تعلق مع اللہ کا ذوق ہے۔ لہٰذا اس کی بہت ہی زیادہ تعریف اور فوائد سن کر اس سے استفادہ کرنے میں دلچسپی لی۔ انہوں نے وعدہ کیا کہ تلاش کرا کے آپ کے لیے ارسال کردیں گے۔ چند دنوں کے بعد جب وہ وظیفہ ملا تو وہ انمول خزانہ تھا، جس سے ہمارا پہلے ہی سے تعارف تھا اور واقعی اس کے فوائد اور کمالات سے ہم پہلے ہی استفادہ کرچکے تھے۔

قارئین کوئی دن ایسا نہیں گزرتا کہ قرآن وحدیث کے اس وظیفے کے فوائد سننے میں نہ آتے ہوں، بعض اوقات تو ایسے فوائد سننے میں آتے ہیں کہ خود اپنا تجربہ نہیں ہوتا اور دل مانتا ہے کہ یہ حق ہے۔

درسِ ہدایت

ہفتہ واردرس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

رزق اللہ پاک اپنے دوستوں کو بھی دیتے ہیں اور اپنے دشمنوں کو بھی۔

رزق ہمیشہ روح کوملتا ہے

میرے محترم دوستو! آج ایک بات یاد رکھیے گا، رزق کبھی بدن کونہیں ملتا، رزق ہمیشہ روح کوملتا ہے۔روح کی طاقت کے بقدر رزق ملتا ہے، بدن کی طاقت کے بقدر رزق نہیں ملتا۔اس کی مثال یہ ہے کہ ہمارا جسم مٹی سے بنا ہوا ہے۔اس لیے ہماری تمام غذائیں اورضروریات واسطہ یا بالواسطہ مٹی سے اللہ پاک کے امر سے پوری ہوتی ہیں۔روح اللہ جل شانہٗ کے امر سے ہے اوراس کی غذا آسمانوں پر ہے، اس لیے جو چیز مٹی سے بنتی ہے، مٹی میں جاتی ہے۔جو چیز آسمانوں میں بنتی ہے، وہ واپس آسمانوں میں جاتی ہے۔روح کا تعلق آسمانوں سے ہے اورروح کی غذا بھی آسمانی چیزیں ہیں۔مثلاً قرآن کریم کی تلاوت، اللہ پاک کا ذکر اور حضور اکرم ﷺ کی محبت کے تذکرے، نیکی کی دعوت اور برائی سے روکنا یہ آسمانی چیزیں ہیں، اس سے روح طاقت ور ہوتی ہے۔

آپ خود بتائیں کہ بندہ جتنا طاقت ور ہوتا ہے، کیا اس کی غذا اُتنی ہی زیادہ طاقت ور ہوتی ہے یا نہیں؟ جی ہاں اُتنی ہی زیادہ طاقت ور ہوتی ہے۔ ہمارے ایک صاحب ہیں ماشاء اللہ بڑے طاقت ور ہیں، مجھے کہنے لگے میں پچاس لیگ پیس کھا جاتا ہوں اور وہ واقعی ہی کھا جاتے ہیں۔ہمارے پڑوس میں ایک صاحب ہیں وہ اکیلے کم وبیش دو ڈالے بوتلوں کے پی جاتے ہیں۔میرے ایک پڑوسی کہنے لگے کہ ایک دفعہ ایک بندے نے میری اورمیرے چند ایک دوستوں کی دعوت کی۔ ہم نے کہا کہ ایک پورے بکرے کا سالن تیار کرلو۔اس نے بکرا ذبح کیا اوراس کا سالن تیار کروایا۔وہ صاحب کہنے لگے کہ ہم دوتین بندے سارا سالن کھا گئے۔جیسا کہ میں پہلے بھی بتا چکا ہوں جسم جتنا طاقت ور ہوتا ہے اُس کی غذا کی ترتیب بھی اُسی طرح کی ہوتی ہے۔آج ایک بات ذہن نشین کرلیں، روح جتنی طاقت ور ہوگی، اللہ جل شانہ اس روح کی طاقت کے بقدر تمہارے لیے رزق اتاریں گے۔اللہ تعالیٰ فرشتوں کو فرماتے ہیں کہ فلاں روح طاقت ور ہے۔اس روح کو اتنے رزق کی ضرورت ہے اسے اس کے مطابق رزق دیا جائے۔

یہاں ایک مغالطہ لگتا ہے اورہمیں اس مغالطے کو اپنے ذہن میں رکھنا چاہیے۔وہ مغالطہ یہ ہے کہ ایک شخص اللہ جل شانہ کو نہیں مانتا اوراس کے پاس رزق کا ڈھیر لگا ہوا ہے اور چیزوں کی فراوانی ہے۔اتنا ہے کہ گن نہیں سکتا۔جو اللہ کو نہیں مانتا اس کی روح بعض اوقات مریض، بعض اوقات بیمار اور بعض اوقات مردہ ہوتی ہے۔جیسے بعض مریض ایسے ہوتے ہیں جو چارپائی پر ہی سوئے رہتے ہیں۔اٹھ نہیں سکتے، کھا پی نہیں سکتے، وہیں پر بعض کو کھلانا پڑتا ہے، مردہ نہیں کہیں گے لیکن مریض کہیں گے۔یہی حالت روح کی ہوتی ہے۔انہی درجات میں روح چلتی ہے۔ یہ بات بھی ذہن میں رکھیے گا۔رزق اللہ پاک اپنے دوستوں کو بھی دیتے ہیں اور اپنے دشمنوں کو بھی۔دوست کو رزق دوستی کی وجہ سے اور دشمن کو اس لیے رزق ملتا ہے کہ یہ رزق کھائے اور شاید اس میں غیرت آجائے ورنہ ایک ایک ذرے کا جواب دینا ہوگا اوراس دن جواب دینا ہوگا، جس دن اس کے پاس کوئی اسباب نہیں ہوں گے اور جس نے اللہ پاک کی نعمتوں سے وفا نہیں کی اور پھر اس کو اللہ پاک کی نعمتوں سے بے وفائی کا عذاب ملے گا۔آج کی دنیا کا تھوڑا لینے والا کہے گا، الٰہی مجھے دنیا میں تھوڑا بھی نہ دیتا جو آج اتنی بڑی جنت مجھے ملی ہوئی ہے۔اس دن کا زیادہ عذاب لینے والا کہے گا الٰہی دنیا میں زیادہ رزق بھی نہ دیتا جو آج اتنا زیادہ عذاب مل رہا ہے۔

نیکی کی برکت سے روٹی ملتی ہے

ایک اور بات ذہن میں رکھیے گا بعض اوقات رزق کی کثرت ہوتی ہے اور بعض اوقات رزق تھوڑا ہوتا ہے لیکن برکت ہوتی ہے۔اصل چیز ہماری ضروریات ہیں۔مال کا مقصد، زمین کا مقصد، دکان کا مقصد، دفتر کا مقصد، صنعت کا مقصد اور تجارت کا کیا مقصد ہے؟ اوپر بیان کیے گئے اسباب کا مقصد یہی ہے کہ ہماری ضروریات پوری ہوجائیں۔کیا ہمارا رب اسباب کا محتاج ہے؟ ہمارا رب تو بغیر اسباب ہماری ضروریات پوری کرسکتا ہے۔جب بندہ نیکی کرتا ہے، جب بندہ اعمال کرتا ہے پھر اللہ جل شانہ غائب سے اس کی ضروریات پوری کر دیتے ہیں۔ایک بوڑھی خاتون میرے پاس آئی اور کہنے لگی کہ چند دن پہلے میری عدت پوری ہوئی ہے۔میرا شوہر فوت ہوگیا تھا۔ ہمارا اتنے سالوں کا ساتھ تھا۔ مجھے اس کے ایک لفظ نے بڑا متاثر کیا۔ بوڑھی خاتون کہنے لگی کہ اللہ جل شانہ نے بس رزق تو بہت تھوڑا دیا ہے اور میرا شوہر بھی اسی سفید پوشی میں چلا گیا۔اب بھی یہی حال ہے۔بس نیک اعمال کرتی رہتی ہوں اور اللہ میری ضروریات غائب سے پوری کرتا رہتا ہے اور میں سمجھتی ہوں میری تسبیح کی برکت سے اللہ پاک مجھے روٹی دیتا ہے۔میں نے کہا بات تو ٹھیک ہے۔نیکی کی برکت سے روٹی ملتی ہے۔وہ کیسے؟ ہمارے ہاں یقین میں کمی ہے۔ ذرا تصور کریں کہ چوک میں پولیس والا کھڑا ہے۔وہ ہاتھ ہلا رہا ہے۔اس نے یوں ہاتھ ہلایا اور ساری ٹریفک رک گئی، چاہے کتنا ہی زیادہ رش کیوں نہ ہو۔اس نے یوں ہاتھ ہلایا اور وہ رکی ہوئی گاڑیاں چل پڑیں۔ہم جانتے ہیں یہ ہاتھ ہلا رہا ہے۔ہر جانے والا اسے دیکھتا ہے کہ اس نے شاہی لباس پہنا ہوا ہے، جسے ہم حکومتی لباس یا وردی کہتے ہیں۔بادشاہ کا جو غلام ہوتا ہے اس کا لباس بھی غلامانہ ہوتا ہے۔بادشاہ اس کو جو لباس پہنائے گا وہی پہنے گا۔فوجیوں کی کٹنگ ایک مخصوص طرز کی ہوتی ہے، اس کٹنگ کے بغیر آپ فوج میں نہیں رہ سکتے۔جو حاکم کہے گا محکوم کو ویسے ہی کرنا پڑے گا۔جو آقا کہے گا، غلام کو وہی کرنا پڑے گا۔اب ہمیں پتا ہے جس نے سرکاری لباس پہنا ہوا ہے، وہ حکومت کا ملازم ہے۔حکومت نے اسے یہ لباس پہنایا ہے۔لباس پہنانے کے بعد اس کو مخصوص اشارے دیئے اوراس کے پاس اتھارٹی ہے۔ اس کو چھوٹا سا اقتدار دیا۔اس کو اتنا جرمانہ کرسکتا ہے اور یہ سزا بھی دے سکتا ہے۔ اقتدار دینے کے بعد پھر جو اس اقتدار کی اتباع نہیں کرتا، اس کو سزا بھی ہوتی ہے اور جرمانہ بھی۔یہ تو ہمیں سمجھ آتا ہے کہ شاہی لباس پہننے سے اقتدار ملتا ہے اوراس کو اُس ہاتھ ہلانے کے بدلے میں تنخواہ کی شکل میں روٹی، کپڑا اوراس کی ضروریات زندگی کا سارا انظام ملتا ہے۔ (جاری ہے)

اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل اور جمعرات کو بعد نماز مغرب ''مرکز روحانیت وامن'' میں حکیم صاحب کا درس، مسنون اور شرعی دعاؤں پر مشتمل ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کرسکتے ہیں۔

فالج یا لقوہ ہو: اگر کسی کو فالج یا لقوہ ہوجائے تو اُس مریض کو جنگلی کبوتر کی آٹھ دن یخنی نکال کر پلادیں، ان شاءاللہ افاقہ ہوگا۔

اُجلی اور نکھری جلد کے راز

موسم سرما میں جلدی امراض سے بچنے کے لیے جسمانی صفائی ہلکی پھلکی ورزش، متوازن غذا، تازہ پھلوں کا استعمال اور سب سے بڑھ کر اللہ کا ذکر اور درود شریف سے لگاؤ آپ کی شخصیت کو خوبصورت اور باوقار بناتا ہے۔

(حکیم محمد صدیق۔ تحصیل چونیاں ضلع قصور)

خالق کائنات کے پیدا کردہ نظام کائنات کے اندر موسم خاص اہمیت کے حامل ہیں۔ ان موسموں کے تغیر وتبدل کے جاندار اشیاء پر منفی ومثبت اثرات کا مرتب ہونا ایک فطری عمل ہے۔ موسموں کی تبدیلی کا فطری عمل موسم سرما میں انسانی جلد پر جہاں دیگر اثرات مرتب کرتا ہے ان میں سے ایک جلدی خشکی بھی اہم جز ہے۔

موسم سرما میں جلدی خشکی کے اثرات:۔ قدرتی طور پر انسانی جلد کے اندر چکنائی اور تیزابیت ایک خاص مقدار میں جمع ہوتی ہے اور اخراج کا عمل ہوتا رہتا ہے جو جلد کی قدرتی حفاظت اور خوبصورتی کا باعث بنتا ہے۔ موسم سرما میں خشک اور سرد ہوا کی بنا پر جلد کے مسام سکڑ جاتے ہیں جن کے باعث جلد کے اندر چکنائی اور تیزابیت کے اخراج کا عمل متاثر ہونے سے جلد کی بیرونی پرت خشک ہو کر پھٹنا شروع ہو جاتی ہے۔ جلد خشک ہونے کی وجہ سے کئی اقسام کی جلدی امراض مثلاً دھدر، چنبل اور الرجی وغیرہ جسم پر اثر انداز ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔ عام طور پر سرد ہواؤں سے سارے جسم پر جلدی خشکی کا حملہ ہوتا ہے مگر خاص طور پر جسم کے وہ اعضاء جو نہ ڈھانپنے کے باعث سردی کی زد میں آتے ہیں جیسے چہرہ، ہاتھ اور پاؤں وغیرہ متاثر ہوتے ہیں۔

جلدی خشکی سے بچاؤ کی احتیاطی تدابیر:۔ موسم سرما میں جلد کو خشکی سے بچانے کے لیے ضروری ہے کہ باہر کھلی ہوا میں نکلتے وقت گرم لباس کا استعمال کیا جائے اور موسم سرما میں ہاتھ، پاؤں کو اچھی طرح گرم ملبوسات سے ڈھانپنے سے سردی کے مضر اثرات سے بچا جا سکتا ہے۔ عمومی طور پر سائیکل، موٹر سائیکل، رکشہ وغیرہ پر سفر کرنے والے جہاں تیز رفتاری کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ وہاں موسم سرما میں جسم کو سردی سے بچانے کے لیے گرم کپڑوں کا اچھی طرح استعمال نہیں کرتے جس سے جلدی خشکی سے متاثر ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ لہٰذا ایسی صورت میں گرم لباس مثلاً گرم ٹوپی، گرم چادر، دستانہ اور جرابیں وغیرہ استعمال کر کے سردی کے مضر اثرات سے بچا جا سکتا ہے۔ موسم سرما میں ہلکی پھلکی ورزش جلدی امراض سے بچاؤ میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ لیکن ورزش سخت سردی میں اور کھلے صحن یا تیز ہوا میں نہیں کرنی چاہیے۔ بلکہ بند اور گرم کمرے میں ورزش کرنے سے جلد میں نرمی اور خوبصورتی پیدا ہوتی ہے۔ خوبصورت نرم اور صحت مند جلد کے لیے ضروری ہے کہ رات کو سونے سے پہلے چہرہ، ہاتھ اور پاؤں پر سادہ ویزلین یا کولڈ کریم یا لوشن وغیرہ استعمال کیا جائے جب کہ طبی نقطہ نظر سے سب سے بہتر اور مفید علاج بادام روغن، روغن گل، روغن زیتون، روغن سورج مکھی یا گلیسرین وغیرہ کا استعمال ہے کیونکہ مارکیٹ میں دستیاب کریم، لوشن وغیرہ کا مسلسل استعمال بھی جلد پر منفی اثرات مرتب کرتا ہے لہٰذا روغنیات یا گلیسرین جلد کی خشکی کا بے ضرر اور مفید ترین علاج ہے۔ موسم سرما میں جلدی امراض سے بچنے کے لیے جسمانی صفائی ہلکی پھلکی ورزش، متوازن غذا، تازہ پھلوں کا استعمال اور سب سے بڑھ کر اللہ کا ذکر اور درود شریف سے لگاؤ آپ کی شخصیت کو خوبصورت اور باوقار بناتا ہے۔

چند مفید اور مجرب طبی ٹوٹکے: (1) انڈے کی زردی دو عدد۔ روغن سورج مکھی آدھی پیالی۔ میٹھا تیل آدھی پیالی۔ وٹامن اے ڈی (روغن ماہی) 1 چمچ۔ سرکہ 1 چمچ۔ عطر گلاب چار قطرے۔

ترکیب تیاری:۔ زردی کو خوب پھینٹ کر تیل ملاتے جائیں اور خوب یکجان کریں آخر میں سرکہ، عطر اور روغن ماہی شامل کریں۔ یہ جلدی خشکی کا مفید و مجرب نسخہ ہے۔

(2) روغن بادام بیس گرام، شہد بیس گرام، انڈے کی زردی بیس گرام، تینوں اجزا برابر وزن لے کر خوب یک جان کر کے رات کو سونے سے قبل ہاتھ پاؤں پر لگائیں اور اوپر جرابیں دستانے جو سوتی ہوں، پہن لیں۔ صبح اٹھ کر نیم گرم پانی میں ایک چمچ سرکہ ملا کر دھو ڈالیں۔ ہاتھ پاؤں کے کھردرے پن اور خشکی میں از حد مفید ہے۔ (3) بالائی دس گرام، روغن بادام دس گرام، لیموں کا رس دس گرام، (بقیہ صفحہ نمبر 10 پر)

کامیاب زندگی

تعلیم آج کی دنیا میں کامیابی کا ٹکٹ ہے اور اس ٹکٹ کو حاصل کرنے کے مواقع ہر آدمی کے لیے ہر جگہ کھلے ہوئے ہیں۔

(مولانا وحید الدین خان)

امریکہ میں ایشیائی ملکوں سے آئے ہوئے جو لوگ آباد ہیں ان کو عام طور پر ایشیائی امریکی (Asian American) کہا جاتا ہے۔ یہ لوگ زیادہ تر ۱۹۶۵ کے بعد یہاں آئے۔ امریکہ میں ان کی موجودہ تعداد تقریباً ۴ فی صد ہے۔ ان میں کچھ یہودی ہیں، کچھ بدھ مت کے ماننے والے ہیں، کچھ کنفیوشش کو ماننے والے ہیں اور اسی طرح بعض دوسرے مذاہب سے تعلق رکھنے والے ہیں۔

امریکہ میں اپنے مستقبل کی تعمیر کا مطلب اگر وہ یہ سمجھتے ہیں کہ ان کے فرقہ کا آدمی صدر کے عہدہ پر پہنچ جائے تو انہیں امریکہ میں اپنے لیے ترقی کا دروازہ بالکل بند نظر آتا ہے۔ کیوں کہ صدر کے عہدہ کے لیے امریکہ کا پیدائشی شہری (Natural-born Citizen) ہونا ضروری ہے اور ایشائی لوگ اس تعریف میں نہیں آتے۔ صدارت کو اپنا نشانہ بنانے کی صورت میں ایشائی مہاجرین یا تو مایوسی کا شکار ہوتے ہیں یا اس بات کی ناکام مہم چلاتے کہ امریکی دستور میں ترمیم کر کے صدارت کی اس شرط کو ختم کیا جائے تاکہ ان کا آدمی بھی صدر کے عہدہ کے لیے جائز امیدوار بن کر کھڑا ہو سکے۔

مگر ایشائی امریکیوں نے اس قسم کی حماقت نہیں کی۔ انہوں نے اپنے واقعی حالات کے اعتبار سے امریکہ کا جائزہ لیا تو انہیں نظر آیا کہ یہاں ان کے جیسی اقلیت کے لیے اگر چہ صدارتی عہدہ تک پہنچنے کے مواقع نہیں ہیں، مگر اعلیٰ تعلیمی عہدوں تک پہنچنے کے مواقع پوری طرح موجود ہیں۔ انہوں نے سوچا کہ تعلیم ان کے لیے کامیابی کے ٹکٹ (Ticket to Success) کی حیثیت رکھتی ہے۔ انہوں نے ساری طاقت تعلیم کے حصول میں لگا دی۔ چنانچہ انہیں زبردست کامیابی حاصل ہوئی۔ حتی کہ ایشائی امریکی تعداد میں 2 فی صد ہوتے ہوئے وہ اعلیٰ تعلیمی اداروں میں 20 فی صد سیٹوں پر قابض ہو گئے۔ یہی دنیا میں کامیابی حاصل کرنے کا طریقہ ہے۔ اس دنیا میں ہمیشہ ایسا ہوتا ہے کہ کچھ مواقع آدمی کے لیے کھلے ہوئے ہوتے ہیں اور کچھ مواقع اس کے لیے کھلے ہوئے نہیں ہوتے۔ آدمی کی بہترین عقل مندی یہ ہے کہ وہ کھلے ہوئے مواقع کو استعمال کر کے (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

سلطان محمود غزنویؒ کا عدل و انصاف

قیامت میں رعایا اور کمزوروں پر مظالم کے آپ خدائے قہار کے روبرو جوابدہ ہونگے اگر آپ نے میرے حال پر رحم فرما کر انصاف کیا تو بہتر ہے ورنہ میں اس معاملے کو منتقم حقیقی کے سپرد کرکے اس کے روبرو عنایت فیصلہ تک انتظار کرونگا۔

(بنت یوسف کاظمی، کڑیانوالہ)

ایک دن سلطان محمود غزنویؒ حسب معمول دربار میں بیٹھا ہوا تھا۔ وزراء و امراء دست بستہ حاضر تھے۔ عام لوگ اپنی اپنی عرضیاں پیش کررہے تھے اور ایک شخص نے آکر عرض کی ''میری شکایت نہایت سنگین ہے اور کچھ اس قسم کی ہے کہ میں اسے بر سر دربار عرض نہیں کرسکتا'' سلطان یہ سن کر فوراً اٹھ کھڑے ہوئے اور سائل کو خلوت میں لیجا کر پوچھا کہ تمہیں کیا شکایت ہے؟ سائل نے عرض کیا ایک عرصے سے بندگانِ عالی کے بھانجے نے یہ طریقہ اختیار کر رکھا ہے کہ وہ مسلح ہوکر میرے مکان پر آتا ہے اور مجھے مار پیٹ کر باہر نکال دیتا ہے اور خود جبراً میرے گھر میں شب بھر داد عیش دیتا ہے۔ غزنی کی کوئی عدالت ایسی نہیں، جس میں میں نے اس ظلم کی فریاد نہ کی ہو لیکن کسی کو انصاف کرنیکی جرأت نہیں ہوئی۔ جب میں ہر طرف سے مایوس ہوگیا تو آج مجبوراً جہاں پناہ کی بارگاہِ عالیہ میں انصاف کے لیے حاضر ہوا ہوں۔ شہنشاہ عالی کی بے لاگ انصاف پروری، فریاد رسی اور رعایا سے بے پناہ شفقت پر بھروسہ کرکے میں نے اپنا حال عرض کر دیا ہے۔ خالق حقیقی نے آپکو اپنی مخلوق کا محافظ و نگہبان بنایا ہے۔ قیامت میں رعایا اور کمزوروں پر مظالم کے نتیجے میں آپ خدائے قہار کے روبرو جوابدہ ہونگے اگر آپ نے میرے حال پر رحم فرما کر انصاف کیا تو بہتر ہے ورنہ میں اس معاملے کو منتقم حقیقی کے سپرد کرکے اس کے روبرو عنایت فیصلہ تک انتظار کرونگا۔

سلطان محترم پر اس واقعہ کا اتنا اثر ہوا کہ وہ بے اختیار آبدیدہ ہوگئے اور سائل سے کہا ''تم سب سے پہلے میرے پاس کیوں نہ آئے؟ تم نے ناحق ابتک یہ ظلم کیوں برداشت کیا؟'' سائل نے عرض کیا ''میں عرصے سے اس کوشش میں لگا ہوا تھا کہ کسی طرح بارگاہ سلطانی تک پہنچ جاؤں مگر دربانوں اور چوبداروں کی قدغن نے کامیاب نہ ہونے دیا۔ خدا تعالیٰ ہی جانتا ہے کہ آج بھی کس تدبیر سے یہاں تک پہنچا ہوں۔ مجھ جیسے غریبوں اور مظلوموں کو یہ بات کہاں نصیب ہے کہ جب چاہیں بے دھڑک دربارِ سلطانی میں حاضر ہوجائیں اور علطان کو اپنے درد دل کی کہانی سناسکیں۔''

سلطان نے سائل کو اطمینان اور دلاسہ دے کر تاکید کی کہ ''اس ملاقات اور گفتگو کا کسی سے ذکر نہ کرنا اور جس وقت بھی وہ شخص تمہارے گھر آئے اسی وقت مجھے اس کی اطلاع کردینا۔ میں اس کو ایسی عبرت ناک سزا دونگا کہ آئندہ دوسروں کو ایسے مظالم کرنیکی جرأت نہ ہوسکے گی۔''

سائل نے عرض کیا ''مجھ ایسے بے کس و بے یار و مددگار کے لیے یہ کیونکر ممکن ہوسکے گا کہ جب چاہوں بلا کسی مزاحمت کے خدمتِ سلطانی میں حاضر ہوجاؤں اور مطلع کرسکوں۔'' سلطان نے یہ سن کر دربانوں کو طلب کیا اور سائل کو ان سے روشناس کرا کے حکم دیا ''یہ شخص جس وقت بھی آئے ہمارے پاس پہنچا دیا جائے اور کسی طرح کی مزاحمت نہ کی جائے۔'' دو راتیں گزر گئیں مگر سائل نہ آیا۔ سلطان کو تشویش ہوئی کہ نہ معلوم غریب مظلوم کو کیا حادثہ پیش آیا۔ وہ اسی فکر میں پریشان تھا کہ تیسری رات کو سائل دوڑتا ہوا آستانہ شاہی پر پہنچا۔ اطلاع ملتے ہی سلطان فی الفور باہر نکلا اور سائل کے ہمراہ اسکے گھر پہنچ کر اپنی آنکھوں سے وہ سب کچھ دیکھ لیا جو سائل نے اسے بتلایا تھا۔ پلنگ کے سرہانے شمع جل رہی تھی۔ سلطان نے شمع گل کرادی اور خود خنجر نکال کر اس کا سر اڑا دیا۔ اس کے بعد شمع روشن کرائی مقتول کا چہرہ دیکھ کر بے ساختہ سلطان کی زبان سے الحمدللہ نکلا اور پھر سائل سے کہا کہ تم اطمینان سے اپنے گھر میں آرام کرو۔ اب انشاء اللہ عزوجل تمہیں کوئی تکلیف نہ پہنچے گی۔ میری وجہ سے اب تک تم پر جو مظالم ہوئے خدا کے لیے انہیں معاف کردو۔'' یہ کہہ کر سلطان عالی وقار رخصت ہونا ہی چاہتا تھا کہ سائل نے دامن پکڑ کر عرض کیا بندگانِ عالی نے جس طرح ایک مظلوم کیساتھ انصاف فرمایا حتی کہ اپنی قرابت داری و خون کا بھی مطلق خیال نہ کیا، اللہ تعالیٰ آپ کو اسکی جزائے خیر عطا فرمائے اور اجر عظیم عنایت فرمائے۔ اگر اجازت مرحمت فرمائی جائے تو ایک بات معلوم کرنا چاہتا ہوں وہ یہ کہ آپ نے پہلے شمع گل کرائی اور پھر روشن کرا کر مقتول کا سر دیکھ کر الحمدللہ فرمایا اور اس کے فوراً بعد پانی طلب فرمایا اسکا کیا سبب تھا؟

سلطان نے ہر چند ٹالنا چاہا مگر سائل کے اصرار پر اسے بتلانا پڑا۔ ''شمع گل کرنیکا مقصد یہ تھا کہ مبادا روشنی میں اس کا چہرہ دیکھ کر بہن کے خون کی محبت مجھے سزا دینے سے باز رکھے اور الحمدللہ کہنے کا سبب یہ تھا کہ مقتول اپنے آپ کو میرا بھانجا بتا کر تمہیں شاہی تعلق سے مرعوب کرکے اپنی خواہشاتِ نفسانی کو پورا کرنے کے لیے راستہ صاف رکھنا چاہتا تھا۔ خداوند کریم کا ہزار ہا شکر ہے کہ محمود کے متعلقین کا اس شرمناک بے ہودگی سے کوئی تعلق نہیں ہے اور پانی مانگنے کی وجہ یہ تھی کہ جب سے تم نے اپنا واقعہ سنایا تھا میں نے عہد کرلیا تھا کہ جب تک تمہارا انصاف نہ کرلونگا آب و دانہ مجھ پر حرام ہے۔ اب چونکہ میں اپنے فرض سے سبکدوش ہوچکا تھا اور تشنگی کا شدید غلبہ تھا اس لیے میں پانی مانگنے پر مجبور ہوگیا۔

چہرے کے فالتو بالوں سے نجات

جناب حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب: السلام علیکم! آپ سے کبھی کبھی موبائل پر بات ہوجاتی ہے۔ آپ سے وعدہ کیا تھا کہ عبقری کے لیے مضمون روانہ کروں گا۔ اس وعدہ کے وفا کے لیے یہ مضمون روانہ کررہا ہوں۔

چہرے کے فالتو بال ختم کرنے کے لیے میرے دوست نے ایک آزمودہ نسخہ بتایا ہے۔ وہ ایک حجام کی دوکان میں کام کرتا ہے اور اس کا دن رات بالوں ہی سے واسطہ ہے۔ اس نے بتایا کہ کسی طرح چہرے سے فالتو بال اتارلیں پھر جنڈی کی پھلی خشک کرکے پیس لیں اور پانی کی مدد سے اس کا لیپ تیار کرلیں اور جس جگہ سے بال اتارے ہیں وہاں لیپ کردیں۔ صبح لیپ اتار دیں۔ دوبارہ وہاں بال نہ اُگیں گے۔ (مرسلہ: محمد یونس قادری، ٹنڈو آدم، ضلع سانگھڑ)

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں یا کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کردے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

ذوالحجہ میں قُربِ الٰہی پانے کے طریقے

حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ حضور اقدس ﷺ نے فرمایا کہ ان دس دنوں (یعنی ذوالحجہ کے پہلے دس دن) میں اللہ سبحانہ کو جس قدر یہ بات پسند ہے کہ محنت و کوشش کر کے اس کے عابد بنیں، اس سے بڑھ کر اور دنوں میں پسند نہیں۔

(پروفیسر ڈاکٹر عبدالرزاق)

حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ فرماتے ہیں کہ اللہ پاک نے ماہ ذوالحجہ کو بڑی بزرگی اور فضیلت کا مہینہ قرار دیا ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ اس ماہ کے دس دن بہت متبرک ہیں اور اس کی عبادت کا بہت ثواب ہے اور فرمایا کہ دس دن میں تین دن کثرت کے ساتھ اپنے رب کی عبادت کرو۔ وہ تین یوم ترویہ یعنی آٹھ تاریخ، یوم عرفہ یعنی نو تاریخ، یوم نحر یعنی ذوالحجہ کی دس تاریخ ہیں۔ یہ تین دن تمام دنوں سے زیادہ مبارک ہیں اور ان میں عبادت کا بے انتہا ثواب بھی ہے۔ لہٰذا اس مبارک مہینہ میں کثرت نوافل، روزے، تلاوت قرآن، تسبیح وتہلیل اور تکبیر وتقدیس کرنی چاہیے۔

عبادت ذوالحجہ: ۔ ذوالحجہ کے نوافل اور دیگر اذکار و وظائف کی تفصیل حسب ذیل ہے۔

عشرہ ذوالحجہ کے نوافل: حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا عشرۂ ذوالحجہ آجائے تو عبادت کی کوشش کرو، ذوالحجہ کے عشرہ کو اللہ تعالیٰ نے بزرگی عطا فرمائی ہے اور اس عشرہ کی راتوں کو بھی وہی عزت دی ہے جو اس کے دنوں کو حاصل ہے۔ اگر کوئی شخص اس عشرہ کی کسی رات کے آخری تہائی حصہ میں چار رکعتیں اس ترتیب سے پڑھے گا تو اس کو حج بیت اللہ اور روضہ پاک کی زیارت کرنے والے کے برابر ثواب ملے گا اور اللہ تعالیٰ سے جو کچھ مانگے گا اللہ تعالیٰ اس کو عطا فرمائے گا (نماز کی ترکیب و ترتیب آیات یہ ہے) ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ، سورۂ فلق، سورۃ الناس ایک ایک بار، سورۂ اخلاص تین بار اور آیت الکرسی تین بار پڑھے۔ نماز سے فارغ ہو کر دونوں ہاتھ اٹھا کر یہ دعا پڑھے:

سُبْحَانَ ذِی الْعِزَّةِ وَالْجَبَرُوْتِ. سُبْحَانَ ذِی الْقُدْرَةِ وَالْمَلَكُوْتِ سُبْحَانَ الْحَیِّ الَّذِیْ لَا یَمُوْتُ سُبْحَانَ اللّٰهِ رَبِّ الْعِبَادِ وَالْبِلَادِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ كَثِیْرًا طَیِّبًا مُبَارَكًا عَلٰی كُلِّ حَالٍ۔ اَللّٰهُ اَكْبَرُ اَللّٰهُ كَبِیْرًا رَبُّنَا جَلَّ جَلَالُهٗ وَ قُدْرَتُهٗ بِكُلِّ مَكَانٍ٥

(شیخ ابو البرکاتؒ فرماتے ہیں کہ قدرت سے مراد علم ہے۔ یعنی اس کا علم ہر شئے کو محیط ہے) اس دعا کے بعد جو چاہے دعا کرے۔ اگر ایسی نماز عشرہ کی ہر ایک رات کو پڑھے گا تو اس کو اللہ تعالیٰ فردوس اعلیٰ میں جگہ دے گا اور اس کے ہر گناہ کو معاف کر دے گا پھر اس سے کہا جائے گا اب از سرِ نو عمل شروع کر۔ اگر عرفہ کے دن کا روزہ رکھے اور عرفہ کی رات کو بھی نماز پڑھے اور یہی دعا کرے اور اللہ تعالیٰ کے حضور میں زیادہ سے زیادہ تضرع وزاری کرے تو اللہ تعالیٰ فرماتا ہے اے میرے فرشتو! میں اس بندے کو بخش دیا اور حاجیوں میں اس کو شامل کر دیا فرشتے اللہ تعالیٰ کی اس عطا سے بے حد مسرور ہوتے ہیں اور بندہ کو بشارت دیتے ہیں (غنیۃ الطالبین)

جناب رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو کوئی ہر رات دسویں ذوالحجہ تک وتروں کے بعد دو رکعت اس طرح کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ کوثر اور سورۂ اخلاص تین تین بار پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کو مقام اعلیٰ علیین میں داخل کرے گا اور اس کے ہر بال کے بدلہ میں ہزار نیکیاں لکھے گا اور اس نے ہزار دینار صدقہ دینے کا ثواب پایا۔ ماہ ذوالحجہ کی پہلی شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو دو رکعت کر کے پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پچیس پچیس مرتبہ پڑھے۔ اللہ پاک اس نماز پڑھنے والے کو بے شمار نمازوں کا ثواب عطا فرمائیگا (انشاء اللہ تعالیٰ)۔ ماہ ذوالحجہ کی پہلی شب سے دسویں شب تک روزانہ بعد نماز عشاء دو رکعت نماز پڑھے۔ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی ایک بار، سورۂ اخلاص پندرہ مرتبہ، دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ بقرہ کا آخری رکوع ایک بار، سورۂ اخلاص پندرہ دفعہ پڑھے۔ اس نماز پڑھنے والے کے گناہ اگر ریت کے ذروں کے برابر بھی ہوں گے تب بھی پروردگار عالم اپنی قدرت کاملہ سے اس کے گناہ معاف فرما کر انشاء اللہ مغفرت فرمائے گا۔ پہلی شب سے دسویں شب تک روزانہ بعد نماز عشاء دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ کوثر تین تین بار سورۂ اخلاص تین تین مرتبہ پڑھے۔ ان شاء اللہ اس نماز کی برکت کی عظمت کے سبب اللہ پاک اس کے نامۂ اعمال میں بے شمار نیکیاں عطا فرما کر بے شمار برائیاں مٹا دے گا۔

ذوالحجہ کی پہلی جمعرات کی شب بعد نماز عشاء دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ کوثر ایک بار سورۂ اخلاص ایک بار پڑھے۔ صدقِ دل سے اس نماز کا پڑھنے والا اپنی زندگی میں ہی اپنا مقام بہشت بریں میں دیکھ لے گا۔ انشاء اللہ!

جو کوئی جمعہ کے دن ذوالحجہ کے مہینہ میں چھ رکعت پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پندرہ بار پڑھے اور بعد سلام دس بار پڑھے **لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِیْنُ** ۔ اول و آخر گیارہ مرتبہ درود پاک پڑھ کر نماز کی قبولیت اور بخشش گناہ کے لیے خدا تعالیٰ سے دعا مانگے۔

ان شاء اللہ تعالیٰ اللہ تعالیٰ اپنی قدرت کاملہ سے اس نماز پڑھنے والے کو اس کے گناہ معاف فرما کر داخلِ بہشت فرمائے گا۔

ذوالحجہ کے نفلی روزے: جناب رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جو اول دن ماہ ذوالحجہ کا روزہ رکھے گویا اس نے اللہ تعالیٰ کی راہ میں دو ہزار برس تک اس طرح جہاد کیا کہ اس نے ایک ساعت بھی آرام نہ کیا اور دوسری تاریخ کے روزہ رکھے کا یہ ثواب ہے کہ گویا اس نے اللہ تعالیٰ کی دو ہزار برس تک عبادت کی اور تیسرے دن ذوالحجہ کے جو کوئی روزہ رکھے تو گویا اس نے تین ہزار غلام حضرت اسماعیل علیہ السلام کی اولاد سے آزاد کیے اور اگر چوتھے دن روزہ رکھے تو اس کا ثواب چار سو برس کی عبادت کا ملتا ہے اور پانچویں دن کے روزے کا ثواب پانچ ہزار ننگوں کو کپڑا پہنانے کا ہے۔ اور چھٹے دن روزہ رکھنے کا ثواب چھ ہزار شہیدوں کے برابر ہے اور ساتویں دن روزہ رکھنے والے پر دوزخ کے ساتوں دروازے حرام ہو جاتے ہیں اور آٹھویں دن روزہ رکھنے والے پر بہشت کے آٹھوں دروازے کھل جائیں گے۔ ایک روایت میں آیا ہے کہ جو کوئی اول دن ذوالحجہ کے روزہ رکھے تو گویا اس نے ۳۶ ہزار قرآن کریم ختم کیے۔ (فضائل الشہور) حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ حضور اقدس ﷺ نے فرمایا کہ ان دس دنوں میں اللہ سبحانہ کو جس قدر یہ بات پسند ہے کہ محنت و کوشش کر کے اس کے عابد بنیں، اس سے بڑھ کر اور دنوں میں پسند نہیں۔ ان دس دنوں میں سے ہر دن کا روزہ ایک سال کے روزوں کے برابر ہے اور ہر رات کا قیام شب قدر میں کھڑے ہونے کے برابر ہے۔ (ترمذی شریف۔ جلد اول) (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اخروٹ قوتوں کا خزانہ

حکیم اصغر سراج۔ لاہور

بواسیر کے خون کو روکنے کے لیے اسے بکائن کے پانی میں رگڑ کر استعمال کرنا بے حد مفید ہوتا ہے۔ اعضائے رئیسہ اور باطنی حواسوں کو قوت بخشتا ہے اور مغز اخروٹ، سداب اور انجیر کے ساتھ کھانا زہر کے اثر کو دور کرتا ہے۔

عربی جوز فارسی گردگان سندھی اکھروٹ انگریزی میں Walnut

اخروٹ میں روغن اور پروٹین کی مقدار کافی ہوتی ہے۔ اس کا رنگ سفیدی مائل بھورا اور مغز سفید ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ پھیکا مگر لذیذ اور مرغن ہوتا ہے۔ اخروٹ کا مزاج گرم دوسرے درجے میں اور خشک تیسرے درجے میں ہوتا ہے اس کی مقدار خوراک دو تولہ سے تین تولہ تک ہے، اخروٹ کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

(1) یہ بدہضمی کو دور کرتا ہے۔ (2) جسم کے فاسد مادوں کو تحلیل کرتا ہے۔ (3) باہ کو قوت دیتا ہے۔ (4) اس کا مغز زیادہ مقوی معجونات میں استعمال ہوتا ہے۔ (5) سرد کھانسی کی صورت میں مغز اخروٹ کو بھون کر کھلاتے ہیں۔ (6) بواسیر کے خون کو روکنے کے لیے اسے بکائن کے پانی میں رگڑ کر استعمال کرنا بے حد مفید ہوتا ہے۔ (7) داد کا نشان مٹانے کے لیے پانی میں رگڑ کر تین ہفتے تک لگاتے رہنا مفید ہوتا ہے۔ (8) اسی طرح چوٹ کے نشان کو مٹانے کے لیے پانی میں رگڑ کر تین ہفتے تک لگاتے رہنا مفید ہوتا ہے۔ (9) اخروٹ کا تیل خارش پر لگانے سے خارش دور ہو جاتی ہے۔ (10) آنکھوں کی کھجلی، پانی بہنا اور جالا وغیرہ کی صورت میں بطور سرمہ پیس کر لگاتے ہیں۔ (11) سبز اخروٹ کے چھلکوں کو اتار کر دانتوں اور مسوڑھوں پر ملنے سے دانتوں کو کیڑا نہیں لگتا اور مسوڑھے مضبوط ہوتے ہیں۔ (12) بہت لطیف ہوتا ہے اور طبیعت کو نرم کرتا ہے۔ (13) اعضائے رئیسہ اور باطنی حواسوں کو قوت بخشتا ہے۔ (14) مغز اخروٹ، سداب اور انجیر کے ساتھ کھانا زہر کے اثر کو دور کرتا ہے۔ (15) اس کے بکثرت کھانے سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں۔ (16) فالج کے لیے بے حد مفید ہے۔ مغز اخروٹ تین تولہ اور انجیر سات دانہ دونوں کو رگڑ کر کھانا مفید ہوتا ہے۔ (17) اخروٹ کے سبز چھلکے سے خضاب بھی بنایا جاتا ہے جو بالوں کو نہ صرف کالا کرتا ہے بلکہ چمکدار بھی بناتا ہے۔ ایک کلو پوست اخروٹ میں آٹھ کلو دودھ ملا کر ابالیں، پھر اسی کا دہی جما دیں۔ صبح بلو کر گھی حاصل کریں اور اسے شیشی میں محفوظ کر لیں۔ حسب ضرورت بالوں پر لگائیں، بال سیاہ ہو جائیں گے یہ خضاب بالکل بے ضرر ہوتا ہے۔ (18) گرمی کو بڑھاتا ہے اور چربی پیدا کرتا ہے اس لیے دل کے مریض اس کے کھانے میں احتیاط برتیں۔ (19) اگر دو اخروٹ کے مغز بچوں کو رات سوتے وقت کھلائے جائیں تو ان کے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں۔ (20) مقوی دماغ ہے۔ (21) گردہ، مثانہ اور جگر کو طاقت دیتا ہے۔ (22) اس کا زیادہ استعمال گلے میں خراش اور معدہ میں سوزش پیدا کرتا ہے۔ (23) اخروٹ انتڑیوں میں ملائمت پیدا کر کے قبض کو دور کرتا۔ (24) جسم کے اندرونی ورموں میں اس کا استعمال بے حد مفید ہے۔

(بقیہ: نماز کے بارے میں گستاخانہ الفاظ)

منت سماجت کی گئی مگر بیوہ نہ مانی۔ اب پورہ علاقہ دو حصوں میں تقسیم ہو گیا کہ فوراً بیوہ کا حق دیا جائے۔ دوسرے طبقہ کا خیال تھا کہ دفن ہونے کے بعد حق ادا کر دیا جائے۔ بیوہ نے کہا کہ اگر اس کا حق فوراً نہ دیا گیا تو وہ نعش کو دفن نہیں ہونے دے گی۔ مجبوراً پولیس منگوانا پڑی۔ بڑی مشکل سے نماز جنازہ ادا کی گئی اور تین دن تک پولیس قبر پر پہرہ دیتی رہی کہ کہیں اس دوست کے بچے نعش نکال کر بے حرمتی نہ کریں۔ آپ سوچیں کہ جس میت کو اس جہان میں جوتے پڑے ہوں اس کا اگلے جہان میں کیا حشر ہوگا؟ مگر دنیا کی لالچ نے ہمیں اندھا کر دیا ہے۔

حیاء اور اعلیٰ ظرفی

بزرگ نے ننھے ٹیپو سے کہا کہ ایک دن تمہاری خوش نصیبی تمہیں ریاست کا حکمران بنا دے گی

☆ حضرت سلمان فارسیؓ نے فرمایا جب اللہ تعالیٰ کسی بندے کے ساتھ برائی اور ہلاکت کا ارادہ فرماتا ہے۔ تو اس سے حیاء نکال لیتا ہے۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ لوگ بھی اس سے بغض رکھتے ہیں اور وہ بھی لوگوں سے بغض رکھتا ہے۔ جب وہ ایسا ہو جاتا ہے تو پھر اس سے رحم کرنے اور ترس کھانے کی صفت نکال دی جاتی ہے۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ بد اخلاق، اکھڑ طبیعت اور سخت دل ہو جاتا ہے، جب وہ ایسا ہو جاتا ہے۔ تو اس سے امانت داری کی صفت چھین لی جاتی ہے۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ لوگوں سے خیانت کرنے لگتا ہے اور لوگ بھی اس سے خیانت کرتے ہیں۔ جب وہ ایسا ہو جاتا ہے تو پھر اسلام کا پٹہ اس کی گردن سے اتار لیا جاتا ہے اور پھر اللہ اور اس کی مخلوق بھی اس پر لعنت کرتی ہے اور وہ بھی دوسروں پر لعنت کرتا ہے۔

☆ محمود خان بنگلوری سلطنت خداداد، میں لکھتا ہے کہ فتح علی ٹیپو، جو بعد میں سلطان میسور بنا، پانچ چھ سال کی عمر میں کہیں کھیل رہا تھا کہ ایک بزرگ کا ادھر سے گزر ہوا۔ ان دنوں اس کا باپ حیدر علی، میسور کی فوج میں بطور نائک کام کر رہا تھا۔ بزرگ نے ننھے ٹیپو سے کہا کہ ایک دن تمہاری خوش نصیبی تمہیں ریاست کا حکمران بنا دے گی۔ جب ایسا موقعہ آئے تو اس جگہ ایک ایسی شاندار مسجد بنانا جو آنے والے زمانے میں یادگار رہے۔ ٹیپو نے وعدہ کر لیا۔

اللہ کی شان دیکھئے کہ بزرگ کی یہ پیشنگوئی سچی نکلی اور ٹیپو ۱۷۸۲ء میسور کا سلطان بن گیا۔ بزرگ سے کئے ہوئے اپنے وعدے کے مطابق اس نے اسی جگہ ایک مسجد بنانے کا فیصلہ کر لیا، جہاں بچپن میں وہ کھیلا کرتا تھا لیکن وہاں ایک چھوٹا سا مندر اور ایک شکستہ حال میکدہ تھا۔ اسے وہاں مسجد بنانے میں کچھ تامل تھا۔ سوچ بچار کے بعد ٹیپو سلطان نے مندر کے پجاری اور گرد و نواح کے سرکردہ ہندو بلائے اور ان سے کہا کہ اگر یہ جگہ مسجد کے لئے دے دی جائے تو وہ کسی اور جگہ ایک شاندار مندر تعمیر کرا دے گا۔ ان لوگوں کی رضامندی سے ٹیپو سلطان نے اس جگہ پر بہت خوبصورت مسجد تعمیر کی اور اس کے مغرب میں ایک فرلانگ کے فاصلے پر شاندار مندر تعمیر کرایا۔ یہ سلطان کی عظمت اور عالی ظرفی کا ایک نمونہ ہے۔ اس مندر میں اس کی تعمیر اور ملحقہ جاگیر کے کاغذات آج بھی محفوظ ہیں۔

بلی کے بچے پر اللہ کا فضل (محمد اعظم بھٹی۔ ڈیرہ غازی خان)

یہ اللہ جل شانہ کا معجزہ تھا کہ بلی کے بچے کو بچانے کے لیے آگ کو اس طرف بڑھنے سے روک دیا گیا حیرانگی کی بات تو ہے ہی مگر جیسا کہ اللہ مہربان نے آگ کو روکے رکھا اس طرح اس بچے کو خوراک بھی ملتی رہی ہوگی

یہ غالباً 1960ء کا واقعہ ہے، ہمارا ایک سکول فیلو، جو کہ مجھ سے ایک سال آگے تھا، میرے ایک کلاس فیلو کا دوست تھا، جس کا نام سرفراز خان تھا۔ میٹرک کرنے کے بعد سرفراز خان ایک بھٹہ پر (اینٹوں کے بھٹہ پر) منشی بھرتی ہوگیا تھا۔ بڑا پیارا، ہمدرد اور ہر دلعزیز قسم کا شخص تھا۔

انہی کی زبانی سنیے: بھٹہ پر جو کہ اینٹیں پک چکی تھیں اب ان اینٹوں کو مزدور نکال رہے تھے کہ اس بھٹے پر کافی گہما گہمی ہو گئی۔ کچھ اینٹیں ٹرکوں میں اور کچھ سٹاک میں رکھی جارہی تھیں۔ بھٹے پر پتہ نہیں کہاں سے ایک بلی کا بچہ آگیا تھا۔ اب وہ بچہ لوگوں سے مانوس ہوگیا تھا۔ سب مزدور اور کارکن اس بچے کی شرارتوں اور کھیل کود سے مشغول اور مسرور ہوتے تھے۔ بلی کے بچے کے لیے کوئی دودھ لا رہا ہے اور کوئی چھیچھڑے۔ سب ہی اس بچے کی حرکتوں سے خوش ہوتے رہتے تھے۔ اسی ترتیب میں اینٹیں ختم ہوگئیں اور بھٹہ بالکل خالی ہوگیا۔ اب دوسرا مرحلہ یعنی دوبارہ کچی اینٹوں کی بھرائی شروع ہوگئی۔ اب بچہ اپنی شرارتوں اور عجیب و غریب حرکتوں سے سب کی توجہ کا مرکز بنا ہوا تھا اور بیچ کچی اینٹوں کی پھڑیوں (قطاروں) میں بھی گھس جاتا اور مزدور اسے بھگانے میں بھی مصروف نظر آتے۔ جیسا کہ بھٹوں میں ہوتا ہے کہ مٹی ڈال کر اوپر سے اینٹیں بند کردیجاتی ہیں اور کوئلہ اور آگ کے لیے تھوڑے تھوڑے فاصلے پر لوہے کے توے کی طرح کا گہرا سوراخ ہوتا ہے۔ اس کو تھوڑے سے فاصلے پر سے اٹھانے کے لیے ان مزدوروں کے ہاتھ میں ایک لمبی سیخ یا کنڈے والا لمبا سریا ہوتا ہے جس سے اس توے کو اٹھا کر کوئلہ اس میں ساتھ ساتھ ڈالتے رہتے ہیں تاکہ سارے بھٹے کی اینٹیں پک جائیں۔ یہ سلسلہ کئی دن تک چلتا رہتا ہے۔ اب آتے ہیں اس بلی کے بچے کی طرف جو کہ اس واقعہ کا مرکزی کردار ہے۔ بچہ کھیلتے کھیلتے اس بھٹے میں گھس گیا۔ لوگوں نے ہر طرف دیکھا مگر بے سود۔ آخر دو تین دن انتظار کے بعد بھٹہ بالکل بند کردیا گیا اور آگ لگادی گئی۔ تمام لوگ اس بچے کے لیے پریشان تھے۔ ناگاہ اس بچے کی میاؤں میاؤں کی آواز آنا شروع ہوئی مگر اب یہ تو بالکل ناممکنات میں تھا کہ بھٹہ کھولا جائے اور اس کو باہر لایا جائے۔ یہ تو ممکن ہی نہیں تھا۔ تمام لوگ اب مزید افسردہ اور غمزدہ ہوگئے۔ شاید 15/20 دن آگ چلتی رہی اور پتہ نہیں کتنے دن اس بھٹے کو ٹھنڈا ہونے کے لیے انتظار کرنا پڑا اور پھر اینٹیں نکالنا شروع کردی گئیں۔ اسی طرح آہستہ آہستہ اینٹیں نکالتے ایک ایسے مقام پر جب لوگ (مزدور) پہنچے تو تقریباً ایک ہزار اینٹیں بالکل کچی تھیں اور ان میں سے بلی کا بچہ میاؤں میاؤں کرتا باہر آگیا۔ سب لوگوں کے منہ سے بیک وقت سبحان اللہ۔ سبحان اللہ کی آواز نکلی۔ سب لوگوں کے چہرے خوشی سے دمکنے لگے۔ کوئی دودھ لے آیا، کوئی پانی اور کوئی روٹی۔ بلی کے بچے نے دودھ تھوڑا سا پیا اور پھر کھیلتے کھیلتے گرا اور ہمیشہ کے لیے خاموش ہوگیا۔ یہ اللہ جل شانہ کا معجزہ تھا کہ بلی کے بچے کو بچانے کے لیے بھٹہ کی آگ کو اس طرف بڑھنے سے روک دیا گیا۔ حیرانگی کی بات تو ہے ہی مگر جیسا کہ اللہ مہربان نے آگ کو روکے رکھا اس طرح اس بچے کو خوراک بھی ملتی رہی ہوگی۔ یقیناً خوراک زندہ رہنے کے لیے لازمی جز ہے۔ جہاں پر اینٹیں کچی تھیں وہاں سے وہ تو اجہاں سے کوئلہ ڈالا جاتا تھا موجود تھا۔ مگر اس کے ساتھ ہی کچی اینٹیں شروع ہوتی ہیں کہ عقل حیران ہوگئی۔ مگر وہ واقعہ جو کہ قرآن عظیم نے بیان فرمایا کہ حضرت ابراہیم علیہ الصلوۃ والسلام پر آگ گلزار ہوگئی۔ اسی طرح اللہ پاک جو قادر مطلق ہے ایک بلی کے بچے کے لیے اپنا فضل فرماتا ہے تو اُس پر اتنی بڑی آگ کو گلزار کر دیا۔ سبحان اللہ۔

بے خطر کود پڑا آتش نمرود میں عشق عقل تو محو تماشہ ہے لب بام ابھی

رسالہ پڑھنے کے بعد: آپ عبقری اور کتابوں کو پسند فرماتے ہیں۔ اعتماد سے ان کے روحانی اور طبی رازوں اور نسخوں کو آزماتے ہیں۔ یقیناً آپ کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ فائدہ ہمیں لکھیں چاہے ٹوٹے پھوٹے الفاظ ہی میں لکھیں۔ کس ماہ کے رسالے یا کتاب سے طبی یا روحانی فائدہ ہوا حوالہ ضرور لکھیں۔ آپ کا تجربہ لاکھوں قارئین کے فائدہ کا ذریعہ بن جائے گا اور صدقہ جاریہ بھی ہے۔ (ادارہ)

سخت سردی اور گرمی سے نجات

سخت گرمی کی دعا: لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ مَآ اَشَدَّ حَرَّ هٰذَا الْيَوْمِ ۝ اَللّٰهُمَّ اَجِرْنِيْ مِنْ حَرِّ جَهَنَّمَ ۝ ایک بار

سخت سردی کی دعا: لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ مَآ اَشَدَّ بَرْدَ هٰذَا الْيَوْمِ ۝ اَللّٰهُمَّ اَجِرْنِيْ مِنْ زَمْهَرِيْرِ جَهَنَّمَ ۝ ایک بار (عمل الیوم واللیلہ / ابن سنی)

حضرت ابوسعید خدریؓ یا ابن جحیر الاکبرؒ دونوں حضرات حضرت ابوہریرہؓ سے یا ایک نے جناب رسول اللہ ﷺ سے حدیث بیان فرمائی ہے کہ فرمایا کہ جب دن بہت گرم ہو تو جو آدمی مندرجہ بالا دعا پڑھے تو اللہ پاک دوزخ کو فرماتے ہیں۔ میرے بندوں میں سے ایک بندہ نے تیری گرمی سے پناہ مانگی ہے پس تو گواہ رہ میں نے اسے پناہ دے دی۔ اور سخت سردی کا دن ہو اور کوئی بندہ سردی والی دعا پڑھے تو اللہ تعالیٰ دوزخ کو فرماتے ہیں کہ میرے بندوں میں سے ایک بندے نے تیری ٹھنڈک سے پناہ مانگی ہے اور میں تجھے گواہ کرتا ہوں کہ بے شک میں نے اسے پناہ دے دی۔ صحابہ کرامؓ نے پوچھا یا رسول اللہ ﷺ دوزخ کی ٹھنڈک سے کیا مراد ہے آپ ﷺ نے فرمایا کہ وہ ایک گھر ہے جس میں کافر کو ڈالا جائے گا اور سخت سردی کی وجہ سے اس کے اعضاء جدا ہوجائیں گے۔

نور کے پہاڑ پر نورانی ملائکہ کی تسبیح:

حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ حضور اقدس ﷺ نے فرمایا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ایک نور کا دریا پیدا فرمایا ہے جس کے اردگرد نورانی ملائکہ نور کے پہاڑ پر اپنے ہاتھوں سے نور کے مٹکے لیے ہوئے یہ تسبیح بیان کرتے ہیں۔

"سُبْحَانَ ذِی الْمُلْکِ وَالْمَلَکُوْتِ ۝ سُبْحَانَ ذِی الْعِزَّةِ وَالْجَبَرُوْتِ ۝ سُبْحَانَ الْحَیِّ الَّذِیْ لَا یَمُوْتُ ط سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ رَبُّ الْمَلٰٓئِکَةِ وَالرُّوْحِ ۝ (کنز العمال جلد اول)

پس جو شخص اسے روزانہ ایک بار یا مہینے میں ایک بار یا سال میں ایک بار یا ساری عمر میں ایک بار پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے اگلے پچھلے تمام گناہ بخش دیتا ہے۔ خواہ سمندر کی جھاگ یا وسیع میدان کی ریت کے برابر ہوں۔ خواہ وہ شخص جہاد سے بھاگ آنے کا مجرم ہو۔ (مرسلہ: محمد ایوب، بٹھڑا تونسہ)

غضبناک مشکلات کا فوری خاتمہ

ایک نہایت متقی صالح درویش کی خدمت سے یہ عمل حاصل ہوا انہوں نے فرمایا مسئلہ چاہے کسی بھی قسم کا ہو۔ دنیاوی ہو یا کسی شخص سے۔ کاروبار کا ہو یا اولاد کا ہو، یارشتوں کا۔ تمام مسائل کے لئے یہ نفل پڑھنے کو بتائے۔ (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

دو رکعت نفل صلوۃ الحاجت پڑھیں سلام کے بعد اسی حالت میں کسی سے گفتگو کیے بغیر 3 بار درود شریف ابراھیمی 3 بار سورۃ یسٰین اور پھر 3 بار درود شریف ابراھیمی ضرور پڑھیں اور نہایت خشوع، توجہ اور دھیان سے اللہ تعالیٰ سے اپنے مسائل مشکلات کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل کسی بھی وقت کیا جا سکتا ہے اگر تہجد کو کرلیں تو بہتر، دن میں کئی بار بھی کیا جا سکتا ہے۔ تمام قارئین کو اجازت ہے آپ کسی اور کو بھی بتا سکتے ہیں۔ ایک نہایت متقی صالح درویش کی خدمت سے یہ عمل حاصل ہوا انہوں نے فرمایا مسئلہ چاہے کسی بھی قسم کا ہو، دنیاوی ہو یا کسی شخص سے۔ کاروبار کا ہو، اولاد کا ہو، یارشتوں کا۔ تمام مسائل کے لئے یہ نفل پڑھنے کو بتائے۔ آخر میں یہ فرمایا کہ ایک ہی بار پڑھنے سے مسئلہ حل ہو جائے گا ورنہ 3 دن یہ نفل پڑھ لیں اور اگر تمام زندگی کا معمول بنالیں تو نہایت حیرت انگیز فوائد اور برکات آنکھوں سے دیکھیں گے۔ قارئین ایک شخص اپنی مشکل لے کر آیا کہ بیماری سے عاجز آ گیا، کوئی علاج نہیں چھوڑا تھا اور خوب پرہیز کیے لیکن افاقہ نہ ہوا۔ علاج کراتے کراتے دوائی اور معالج کے نام سے الرجی ہوگئی تھی۔ پھر کہنے لگا کہ کسی بھی دوائی کی اشتہاری آواز یا گولی کیپسول دیکھ لیتا تھا تو غصہ آ جاتا تھا۔ اس کے مطابق تمام حکیم، ڈاکٹر فراڈ ہیں۔ سب جھوٹ بولتے ہیں اور دھوکا دیتے ہیں۔ کسی کے پاس کوئی دوائی نہیں۔ میرا کوئی علاج نہیں کرسکتا۔ یقیناً وہ ایک نفسیاتی مریض بن چکا تھا اور گالیاں دیتا تھا۔ میں نے اس مریض کو دیکھا بھی نہیں بلکہ میں نے تو ایک دوسرے مریض کو بتایا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے اس مبارک عمل کی برکت سے اسے شفاء عطا فرمائی تو اس نے دوسروں کو بتایا۔ اسی دوران یہ مریض اس کے فلیٹ کی اوپر کی منزل پر رہتا تھا۔ اسے بھی بتایا اس نے یہ نفل پڑھنے شروع کردیئے۔ ایک دن ملا کہ میں پہلے سے اتنا تندرست ہوں کہ بتا نہیں سکتا۔ وہ کم از کم 1/2 گھنٹہ اپنی صحت کی داستان بیان کرتا رہا پھر ایک بار مجھے ملنے آیا تو ایک رومال میں ادویات کی گھٹڑی باندھی ہوئی تھی، وہ دکھا کر کہنے لگا، ایسی کئی گھٹڑیاں نوٹوں کی خرچ کر چکا ہوں۔ واقعی عمل لاجواب ہے۔ یہ شخص دراصل ڈاکیا تھا۔ اب اس نے ایک لاجواب کام کیا۔ جہاں بھی جاتا، کسی کو کسی بھی قسم کی مشکل میں مبتلا دیکھتا تو فوراً اس نفل کی ترکیب بتا دیتا چونکہ نفل نماز آسان اور بالکل تھوڑے وقت میں پڑھی جاتی ہے۔ اس لیے ہر شخص پڑھتا۔ اس کی عادت ہے کہ پھر پڑھنے والے کے پاس وقتاً فوقتاً جاتا رہتا ہے اور اسے مزید پڑھنے، یقین، توجہ اور دھیان جما جما کر پڑھنے کی ترغیب دیتا رہتا ہے۔ پھر اس نے وہ تمام نام لکھنا شروع کیے کہ جن لوگوں کے مسائل حل ہوئے۔ یہ ڈاکیا اب تک اپنے مشن میں لگا ہوا ہے۔ میرے خیال میں یہ مبارک اور نفع بخش کاروبار ہے۔ ایک دائی میرے پاس اکثر عورتوں کے امراض کا مشورہ کرنے آتی ہے۔ دوران مشورہ میں اسے رجوع اللہ کی ترغیب دیتا ہوں کہ وہ اور عورتوں کو بھی اعمال پر لگائے کیونکہ مسائل کا حل اللہ تعالیٰ کی چاہت پورا کرنے سے ہوگا اور اللہ تعالیٰ کی چاہت کو پورا کرنے کے لیے اللہ تعالیٰ نے ہمیں اعمال دیئے جن کو کرکے ہم اللہ تعالیٰ سے اپنی مرادیں لے سکتے ہیں اور مشکلات حل کرا سکتے ہیں۔ اس دائی کو میں نے یہ نفل سمجھا دیئے چونکہ تجربہ کار پرانی خاتون ہے اور سلیقہ مند بھی ہے، اس نے میری بات کو لیا اور خواتین کو یہ نفل بتانے شروع کیے۔ دائی نے بتایا کہ کتنی خواتین کی اولاد نہیں تھی، علاج کر اکے تھک گئی تھیں۔ کئی جگہوں سے علاج کرائے لیکن فائدہ نہ ہوا۔ کئی خواتین بیرون ملک بھی علاج کرا کے آئیں مگر ناکام رہیں۔ آخر کار یہ نفل توجہ اعتماد سے پڑھنے شروع کیے اللہ تعالیٰ نے اولاد عطا فرمائی۔ دائی نے مزید بتایا کہ اکثر گھروں میں ناچاقی تھی۔ میاں بیوی کا آپس میں لڑائی جھگڑا، حاسدین کی نظر وغیرہ۔ جب سے خواتین نے یہ نوافل شروع کیے، حالات بہتر ہونا شروع ہوگئے۔ کئی گھروں کے مسائل کہ اولاد نافرمان ہے یا اولاد بے روزگار ہے یا کسی بیماری میں مبتلا ہے یا ایسے لوگ جن کی اولاد کی شادیاں نہیں ہو رہی ہیں، ان تمام کو یہ عمل بتایا گیا اللہ تعالیٰ نے نہایت کریمی فرمائی۔ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے یہ نفل اپنے معمول میں رکھیں بلکہ وہ مایوس لوگ جو ہر قسم کی کوشش کر کے تھک گئے ہیں، ان کے لیے امید کی آخری کرن ہے۔ کچھ عرصہ کم از کم 40 دن حد 90 دن یہ نفل پڑھیں اگر کسی کو سورۃ یسٰین یاد ہو تو نفل صلوۃ حاجت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ یسٰین ملا کر پڑھ لیں اگر یاد نہیں تو کوئی بھی سورۃ ملا کر نفل پڑھ سکتے ہیں۔

حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی چھ نصیحتیں

(1)...... جو آدمی زیادہ ہنستا ہے، اس کا رعب کم ہو جاتا ہے۔ (2)...... جو مذاق زیادہ کرتا ہے لوگ اس کو ہلکا اور بے حیثیت سمجھتے ہیں۔ (3)...... جو باتیں زیادہ کرتا ہے اس کی لغزشیں زیادہ ہوتی ہیں۔ (4)...... جس کی لغزشیں زیادہ ہو جاتی ہیں، اس کی حیا کم ہو جاتی ہے۔ (5)...... جس کی حیا کم ہو جاتی ہے۔ اس کی پرہیزگاری کم ہو جاتی ہے۔ (6)...... جس کی پرہیزگاری کم ہو جاتی ہے اس کا دل مردہ ہو جاتا ہے۔ (ن،م۔ لاہور)

(بقیہ: میتھی طاقت کی علامت)

ذیابیطس کی حالت میں اس کا استعمال فائدہ سے خالی نہیں ہے۔ برگ میتھی کا تجزیہ کرنے سے معلوم ہوا کہ اس میں لعاب (البیومن) خوشبودار روغن، فولاد، لیسی تھین، فاسفیٹ اور حیاتین الف، ب، ج، پائے جاتے ہیں۔ اس میں خوشبودار روغن بھی ہوتا ہے۔ جس کی مقدار 5% ہوتی ہے۔ اس روغن میں کارڈ لیور آئل کی خصوصیات پائی جاتی ہیں۔ اس سے کساح (ریکٹس) اور فولاد کی زیادتی کی وجہ سے خون کی کمی (انیمیا) میں اعلیٰ فوائد ظاہر ہوتے ہیں۔ اس کے پتوں کے استعمال سے اندرونی فوائد کے ساتھ ساتھ انکا بیرونی استعمال بھی شفا بخش ہے۔ چنانچہ ورموں کو تحلیل کرنے کے لیے اس کا ضماد (پولٹس) نافع ہے۔ اس پولٹس کو چہرہ پر استعمال کرنے سے چھائیاں دور ہو جاتی ہیں۔ میتھی کے بیجوں میں بھی قدرت نے شفائی اثرات رکھے ہیں۔ اسکے بیجوں میں بھی وہ تمام خصوصیات موجود ہیں جو اس کے پتوں میں پنہاں ہیں۔ اعصابی کمزوری اور ذیابیطس کے لئے اس کے بیجوں کا سفوف 3 گرام روزانہ استعمال کرنے سے اچھے نتائج ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ اس کے بیج قبض اور ورم امعاء میں فائدہ مند ہیں۔ اس کے پتوں کی نسبت، بیجوں کا جوشاندہ زیادہ خصوصیات رکھتا ہے۔ اگر سردی کے باعث حیض میں کوئی رکاوٹ پیدا ہو جائے تو اس کا جوشاندہ ایک کارگر دوا ہے نیز اس سے اعصاب و عضلات کو بھی تقویت حاصل ہوتی ہے۔ اطباء مصر بھی میتھی کے بیجوں کو استعمال کرتے تھے۔ وہ انہیں پانی میں بھگو کر دیتے تھے۔ جب بیج پھول کر موٹے ہو جاتے ہیں تو انہیں اسی پانی میں اچھی طرح گھوٹ کر ملیریا بخار کو روکنے کے لیے مریض کے پیٹ پر ضماد کرتے۔ یہ ضماد محلل ہونے کی وجہ سے ورم جگر اور طحال کو بھی نافع ہے۔ چہرہ، جسم کے داغ دھبے بھی اس ضماد سے دور ہو جاتے ہیں۔ میتھی کے بیج دیگر اعضائے جسمانی کے علاوہ بالوں کے لئے بھی مفید ہیں۔ اس کے بطور ضماد لگانے سے بال دراز ہو جاتے ہیں۔ اور ان کا گرنا بھی بند ہو جاتا ہے۔ اس مقصد کے لئے بیجوں کا باریک سفوف تیار کرلیا جائے اور استعمال سے پہلے اس سفوف کو نیم گرم پانی میں بھگو لیا جائے تو اس میں لعاب پیدا ہو جائے گا۔ پھر اسے بالوں کی جڑوں میں خوب اچھی طرح ملنا چاہیے۔ بعد از اں سر کو تازہ پانی سے دھو لیا جائے تو یہ مفید ہوتا ہے۔

ظالموں سے نجات کے لیے: (سورۂ نساء کی آیت نمبر 75) "رَبَّنَآ اَخْرِجْنَا مِنْ سے لے کر وَّاجْعَلْ لَّنَا مِنْ لَّدُنْکَ نَصِیْرًا" تک مسلسل پڑھیں

نماز کے بارے میں گستاخانہ الفاظ

اللہ کو تکبر پسند نہ آیا۔ مالک کے دوستوں میں مختلف محکموں کے بڑے بڑے افسران اور پولیس افسران بیٹھے ہوئے تھے۔ خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ زوال شروع ہوگیا۔ فیکٹریاں بند ہونا شروع ہوگئیں۔ ایک فراڈ کا کیس اسی مالک کے خلاف بن گیا۔

(سید واجد حسین بخاری ایڈووکیٹ ہائی کورٹ)

☆ ہمارے علاقے میں شیخ اقبال ایک فیکٹری کا مالک تھا۔ اللہ تعالیٰ نے اس کو خوب نوازا۔ ایک سے دو پھر تین فیکٹریاں ہوئیں۔ ہر طرف دولت کی ریل پیل تھی۔ کئی کئی مزدور، منشی، منیجر کام کرتے تھے۔ بعد میں یہ مالک تکبر کرنے لگا اور بری صحبت کی وجہ سے برے کاموں میں پھنس گیا۔ نماز روزہ سے بہت دور ہوتا چلا گیا۔ اس کا ایک منیجر بہت نیک اور نمازی تھا اور ہر وقت اللہ کا نام اس کی زبان پر رہتا تھا۔ ایک دن مالک اپنے دوستوں کی محفل میں خوش گپوں میں مصروف تھا اور دولت کے نشے میں اسی نمازی منیجر کو بلایا۔ چپڑاسی نے آکر بتایا کہ منیجر صاحب نماز پڑھنے گئے ہیں بس اس بات سے مالک چڑ گیا اور کہا کہ "اس نماز نے بہت تنگ کیا ہوا ہے، جس وقت پوچھو کہتے ہیں کہ نماز پڑھنے گیا ہے۔" یہی بول اللہ کو پسند نہ آئے۔ اللہ کو تکبر پسند نہ آیا۔ مالک کے دوستوں میں مختلف محکموں کے بڑے بڑے افسران اور پولیس افسران بیٹھے ہوئے تھے۔ خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ زوال شروع ہوگیا۔ فیکٹریاں بند ہونا شروع ہوگئیں۔ ایک فراڈ کا کیس اسی مالک کے خلاف بن گیا۔ وہی پولیس والے افسر جو اس مالک کے دوست تھے، اسی کو گرفتار کرنے کے لیے آئے۔ مالک نے مزاحمت کی لیکن پولیس افسران نے کہا کہ ہماری مجبوری ہے اور باندھ کر زبردستی پولیس والے گاڑی میں ڈال کر لے گئے۔ مالک نے اسی نمازی منیجر کو بلوایا کہ تم نمازی ہو، میرے حق میں دعا کرنا۔ لیکن مالک کو بعد میں سمجھ آئی کہ نماز ہی کام سنوارتی ہے۔ تمام فیکٹریاں بک گئیں اور ان فیکٹریوں کا اور مالک کا اب نام ونشان باقی نہیں رہا۔ جبکہ منیجر اب بھی دوسری فیکٹری میں ملازمت کر رہا ہے اور خوشحال ہے۔

☆ ہمارے علاقے میں ایک شخص نواب رہتا تھا جس کا عدالتوں میں آنا جانا تھا۔ تحصیل دار/ پٹواری اس کے واقف تھے۔ کیونکہ پورے موضع کے انتقالات اسی شخص کے ذریعے ہوتے تھے اور رشوت کا لین دین اسی کے ذریعے ہوتا تھا۔ الیکشن کے دنوں میں اس کے ڈیرہ پر بھی رش ہوتا تھا اور جس قدر رشوت کا مطالبہ کرتا، اتنی رقم دینا پڑتی تھی کیونکہ اس کے بغیر پٹواری انتقال درج نہیں کرتا تھا۔ اس شخص کا ایک گہرا دوست تھا۔ ہر وقت ایک دوسرے کے ساتھ رہتے تھے اور فراڈ کے نت نئے طریقے تلاش کرتے تھے۔ دوست نے فراڈ کے ذریعے کچھ زمین ہتھیالی۔ کسی وجہ سے دوست اپنے نام زمین کا انتقال نہ کرا سکتا تھا۔ دوست نے نواب کے نام زمین کا انتقال کرا دیا۔ نواب نے تسلی کرائی کہ وہ جب چاہے گا زمین واپس کردے گا۔ لیکن نواب کی نیت خراب ہوگئی۔ نواب زمین واپس کرنے میں بہت لیت ولعل کرنے لگا۔ کئی اکٹھ و پنچائت ہوئے۔ جس میں نواب نے تسلیم کیا کہ وہ زمین واپس کردے گا لیکن اس کی نیت خراب تھی۔ آج اور کل پر ٹالتا رہا۔ اس دوران دوست فوت ہوگیا۔ نواب بہت خوش ہوا کہ چلو جان چھوٹی۔ دوست کی وفات کے بعد اس کی اولاد نواب کے گھر چکر لگانے لگی کہ زمین واپس کردو مگر نواب نے انکار کردیا۔ سب علاقے والوں کو علم تھا کہ نواب نے زمین واپس کرنی ہے اور نواب کو احساس بھی تھا کہ اس نے دوست کا حق کھایا ہوا ہے۔ لیکن اس کا دل نہیں چاہتا تھا کیونکہ زمین 125 ایکڑ تھی۔ مرنے والے دوست کی بیوہ، یتیم بچے منتیں کر کر کے تھک گئے مگر نواب بے حس ہو چکا تھا اس دوران نواب بھی فوت ہوگیا۔ بیوہ اور یتیم بچوں کو پتہ چل گیا کہ نواب فوت ہوگیا ہے۔ وہ بھی جنازہ گاہ میں پہنچ گئے۔ بیوہ نے شور مچایا کہ نواب نے اس کا حق دینا ہے اور میت کا منہ دیکھنے کے بہانے جوتا اتار کر میت کو مارنا شروع کردیا۔ اب سارے لوگ جمع ہیں اور ایک عورت میت کو جوتے مار رہی ہے لیکن کسی کو جرأت نہ ہوئی کہ اس عورت کو روکے۔ بیوہ نے مطالبہ کیا کہ جب تک اس کا حق نہیں دیا جاتا وہ میت کو نہیں جانے دی گی اور نہ ہی نماز جنازہ پڑھنے دے گی اور نہ ہی نعش دفن کرنے دے گی۔ اب نواب کے تمام ورثاء بہت شرمندہ تھے کہ ان کے والد کو تمام لوگوں کے سامنے جوتے لگ رہے ہیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 15 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ،0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی:** کہکشاں نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سٹلائیٹ ٹاؤن 0334-6307057۔ **حاصل پور:** گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** النور نیوز ایجنسی، 066-2413121۔ **گجرات:**۔ خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس 0632-508841۔ **شورکوٹ کینٹ:** عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578۔ **بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0622-731947 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **اٹک:** نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب الواحد میسی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:**۔ ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمن مکہ میڈیکل سٹور، سول اسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515 **منڈی بہاؤ الدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0546-504847۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-8674075 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤ جی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **گلگت:** نارتھ نیوز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ۔ **شمالی علاقہ جات:** جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ گاہکوچ۔ غذر شمالی علاقہ جات۔ **ہنزہ:** ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ **سکردو:** سودے بکس اسٹور۔ لنک روڈ سکردو، بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمن نیوز ایجنسی، 0300,6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480 **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

دانت کے کیڑے: چنبیلی کے کچھ پتے لیجئے اور انہیں پانی میں ابال لیجئے۔ ہر صبح نہار منہ اس پانی سے غرارے کیجئے۔ دانتوں کے کیڑے ختم ہوجائیں گے۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

ازدواجی زندگی کو خوش گوار بنانے کا راز بھی اپنی زندگی کے خوش گوار ہونے میں مضمر ہے۔ جب بھی کام سے فارغ ہوکر گھر آئیں، ہر ایک سے خندہ پیشانی سے ملیں اور پھر گھر والے بھی آپ سے اسی طرح پیش آئیں گے۔

شکست سے دلبرداشتہ

سوال: میں دیہاتی متوسط طبقے کا فرد ہوں۔ آٹھویں جماعت میں پہنچ کر فیل ہو گیا تو والد صاحب نے چاہا کہ مجھے کسی دینی درس گاہ میں بھیج دیں مگر میری والدہ نے مجھے کچھ رقم دے کر شہر بھیج دیا۔ میں نے کوشش کر کے میٹرک اور ایف ایس سی کے امتحانات پاس کر لیے۔ پھر پی ٹی کیا اور اب ڈیڑھ دو سال سے ملازمت کی تلاش میں مارا مارا پھر رہا ہوں۔ والد صاحب کا چڑچڑا پن ابھی تک دور نہیں ہوا۔ ان کے طعنوں سے اتنا تنگ آ گیا ہوں کہ خودکشی کر لینا چاہتا ہوں۔ آپ اس سلسلے میں میری کیا مدد کر سکتے ہیں؟ (ایم۔ وائی۔ کے)

جواب: محترم! میں ایک دن اپنے صحن میں بیٹھا تھا کہ میری نظریں سامنے ایک چڑیا کے گھونسلے پر آ کر رک گئیں۔ چڑیا اپنے دو بچوں کو گھونسلے سے باہر نکال کر اڑنا سکھانا چاہتی تھی۔ ایک بچہ تو نکل کر اڑنے لگا مگر دوسرا کمزور تھا۔ وہ زمین پر آ رہا۔ میں نے ترس کھا کر اسے اٹھا لیا اور دوبارہ اسے گھونسلے میں رکھ دیا۔ اس کی ماں اس کے پاس آئی اور اسے دوبارہ باہر نکال دیا۔ وہ پھڑپھڑاتا ہوا کچھ دور نکل گیا۔ مگر پھر زمین پر آ گیا۔ میں نے پھر اٹھا کر گھونسلے میں رکھ دیا۔ تیسری بار اس کی ماں نے اس کے چونچیں ماریں وہ میری طرف یوں دیکھ رہی تھی جیسے کہہ رہی ہو تم احمق ہو۔ تم اسے چلنا نہیں سکھا سکتے۔ میں کب تک اسے دانہ کھلاتی رہوں گی۔ اسے تو اب خود ہی کھانا ہے۔ خود ہی جینا ہے۔ اس لیے اس نے اُسے باہر دھکیل دیا۔ اس بار بچہ دور جا گرا اور پاس بیٹھی ہوئی بلی نے اسے دبوچ لیا۔ برادرم! اس دنیا میں صرف وہی زندہ رہ سکتے ہیں جو اپنے بازوؤں پر اڑ سکیں۔ کمزور زندہ نہیں رہا کرتے۔ اٹھیے اور پرواز کیجئے۔ ایسا نہ ہو کوئی بلی آپ کی کمزوری سے فائدہ اٹھا کر آپ کو دبوچ لے۔

زبان میں مٹھاس پیدا کریں

سوال: لوگوں سے باتیں کرتے وقت میں بہت جلد بیزار ہو جاتا ہوں، مزاج کے خلاف بات سن کر پہلے تو میں مخاطب کو بڑی نرمی اور شفقت سے سمجھانے کی کوشش کرتا ہوں لیکن پھر تکرار سے چڑ جاتا ہوں اور آپے میں نہیں رہتا۔ نتیجہ یہ ہے کہ میں بہت زیادہ چڑچڑا ہو گیا ہوں۔ کوئی بات آرام سے کروں تب بھی لہجہ اتنا سخت ہوتا ہے کہ مخاطب کو خواہ مخواہ شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس چڑچڑے پن کی وجہ سے گھر میں اکثر بیوی سے لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔ دفتر میں دوست احباب اور افسر نالاں ہیں۔ ہر طرف اکھڑ اور سخت مشہور ہوں۔ کئی بار اس کیفیت پر قابو پانے کی کوشش کی مگر بے سود۔ بچپن زیادہ تر سوتیلے باپ کے زیرِ سایہ گزرا جو بڑے سخت گیر تھے۔ انہیں بڑی جلدی غصہ آ جاتا تھا۔ چنانچہ گھر میں اکثر لڑائی برپا رہتی۔ شاید اسی ماحول کا اثر ہے یا پیچش کی بیماری کا جس میں گزشتہ کئی برسوں سے مبتلا ہوں۔ از راہِ کرم میری راہنمائی کیجئے تاکہ میں ازدواجی زندگی خوشگوار بنا سکوں اور دوست احباب کو میرے اکھڑ اور سخت ہونے کی شکایت نہ رہے۔ (جاوید ہاشمی۔ نارووال)

جواب: انسانی شخصیت کی نشوونما میں بچپن کے زمانے کے اثرات خاص اہمیت رکھتے ہیں۔ بالخصوص والدین میں سے کسی ایک کی جدائی شخصیت پر گہرا اثر چھوڑ جاتی ہے۔ چھوٹا بچہ شفقت کی محرومی بری طرح محسوس کرتا ہے۔ یہاں تک کہ بڑا ہو کر بھی احساسِ محرومی کو اپنے ذہن سے نہیں نکال سکتا۔ بچپن میں اگر اس کا بدل میسر نہ آئے، تو بڑا ہونے پر یہی احساس کسی جسمانی اور ذہنی عارضے کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ اس کا صحیح حل یہ ہے کہ انسان کسی تخلیقی کام میں اپنا نام پیدا کرے اور اس طرح اس محرومی کا بدل تلاش کرے۔ تخلیقی کام کوئی بھی ہو سکتا ہے۔ فرائضِ منصبی کی ٹھیک ٹھیک انجام دہی اور بچوں کی صحیح تربیت وغیرہ یہ سب ایک طرح کی تخلیقی کام ہیں۔ ایسے کاموں میں مصروف رہ کر آدمی اپنے تلخ تجربات کی جذباتی شدت کسی مصرف میں لا سکتا ہے۔ مندرجہ بالا حقائق کی روشنی میں اب آپ اپنی خاص تکلیفوں پر غور کیجئے۔ پیچش اگرچہ ایک جسمانی مرض ہے۔ لیکن اس میں نفسیاتی اعمال بہت زیادہ حصہ لیتے ہیں۔ جذباتی زندگی درہم برہم ہو تو اس سے خوراک ہضم کرنے والی رطوبت پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ معدہ کمزور ہو جاتا ہے اور بدہضمی یا پیچش ایسی مختلف بیماریاں گھیر لیتی ہیں۔ معدے کی خرابی کا مزاج پر خاص اثر پڑتا ہے اور وہ چڑچڑا سا ہو جاتا ہے۔ اس طرح لاشعور میں ایک چکر سا چلنے لگتا ہے۔ نہ مرض جاتا ہے اور نہ مزاجی کیفیت درست ہوتی ہے۔ دراصل پیچش وغیرہ کا علاج تبھی ہو سکتا ہے جب ادویہ کے استعمال کے ساتھ انسان خوش گوار اور پرسکون زندگی بسر کرنے کا عادی ہو جائے۔ جب تک جذبات پر قابو نہ ہوگا اور مزاجی حالت معمول پر نہ آئے گی نہ پیچش جائے گی اور نہ آپ کی جذباتی برافروختگی۔ یہ دونوں لازم و ملزوم ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ ایک طرف تو پیچش کا علاج کسی ماہر طبیب سے کرائیے اور دوسری طرف اپنی زندگی کو پرسکون بنانے کی انتہائی کوشش کیجئے اگر آپ کے عزیز و اقارب اور ملنے جلنے والے آپ کے تلخ لہجے کی شکایت کرتے ہیں، تو اس میں کچھ نہ کچھ حقیقت ضرور ہوگی۔ بہتر یہ ہے کہ روزانہ سونے سے قبل اپنی جذباتی زندگی کا تعصب کی عینک اتار کر جائزہ لیں۔ اس میں خود آپ کا کتنا قصور ہے اور دوسروں کا کتنا ہے۔ اس کے علاوہ گفتگو کے دوران میں اپنے لہجے کے متعلق باخبر ہونے کی کوشش کریں۔ امید ہے اس طرح اپنے لہجے کو شیریں بنا سکیں گے لیکن یاد رہے کہ برسوں کی عادت چند دنوں میں نہیں جاتی۔ اس کے لیے مسلسل تگ و دو کرنا پڑے گی اگر کامیاب ہو گئے، تو آپ کا مرض (پیچش) بھی جاتا رہے گا۔ ازدواجی زندگی کو خوش گوار بنانے کا راز بھی اپنی زندگی کے خوش گوار ہونے میں مضمر ہے۔ جب بھی کام سے فارغ ہو کر گھر آئیں، ہر ایک سے خندہ پیشانی سے ملیں اور پھر گھر والے بھی آپ سے اسی طرح پیش آئیں گے۔ قدرتی طور پر آپ کی زندگی اور زیادہ خوش گوار بن جائے گی۔ کبھی کبھار اپنی بیوی کے لیے کوئی تحفہ لیتے آئیں اور پھر دیکھیں کیسا طلسماتی اثر ہوتا ہے۔ ایسی چھوٹی چھوٹی باتیں مدِنظر رکھنے سے آپ کی زندگی پُرمسرت بن سکتی ہے۔ خوب یاد رکھیے تلخ لہجے میں گفتگو کرنے سے کوئی شخص بھی متاثر نہیں ہوتا۔ یہ ایک طرح سے اپنی محرومی کے احساس کا اظہار ہے جسے کوئی معاشرہ بھی پسند نہیں کرتا۔ زبان کی مٹھاس دلوں کو رام کرتی چلی جاتی ہے۔

شوگر سے نجات	نزلہ، کیرا	دماغی کمزوری	جوڑوں میں درد	اے، سی کے اثرات

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نو جوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

شوگر سے نجات

سوال: عرض ہے کہ میری والدہ صاحبہ عرصہ دس سال سے شوگر کے موذی مرض میں مبتلا ہیں۔ ایلو پیتھک اور ہومیو پیتھک علاج کرایا ہے۔ اس سے شوگر کبھی ختم ہو گئی تو کبھی تھوڑی بہت رہی اور کبھی زیادہ بھی ہوئی۔ مگر ان دوائیوں سے کنٹرول کرنے کی کوشش اب تک ہو رہی ہے۔ اب تو سیدھا پیر بھی بالکل حرکت نہیں کرتا۔ تقریباً چار سال ہو گئے ہیں اور ساتھ ساتھ سیدھے ہاتھ کی انگلیاں بھی منجمد ہو گئی ہیں۔ بڑے بڑے ڈاکٹروں کو دکھایا ہے لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ ڈاکٹر بھی یہ بتاتے ہیں کہ فالج نہیں ہے۔ سیدھا ہاتھ تو کہنی سے مڑ گیا ہے اور سینے کے ساتھ لگا رہتا ہے۔ کھینچ کر سیدھا کرو تو پھر سیدھا ہوتا ہے لیکن جیسے ہی اپنا ہاتھ (جس سے پکڑ کر کھینچا تھا) ہٹاؤ تو پھر ان کا ہاتھ اسی طرح سینے سے لگ جاتا ہے۔ درد بھی بہت ہوتا ہے۔ پیر میں اور ہاتھ میں بھی۔ کسی کے سہارے سے چلتی ہیں۔ (طاہر جاوید۔ گوجرہ)

جواب: محترم شوگر کی وجہ سے یہ تمام بیماریاں شروع ہوئی ہیں۔ آپ دراصل شوگر ہی کا علاج کریں۔ شوگر کا نسخہ رسالہ میں شائع ہوا ہے بے شمار لوگوں کو اس سے فائدہ ہوا ہے۔ اس کے علاوہ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے شوگر کورس اور لکھی ہوئی ہدایات کے مطابق استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ چارٹ سے غذا نمبر 3 اور 2 استعمال کریں۔

وزن کی زیادتی

سوال: میری عمر بتیس سال ہے۔ تین بچے ہیں۔ قد 57 انچ اور وزن 103 کلو ہے۔ جسامت چوڑی ہے۔ مگر وزن کی زیادتی بے حد ہے۔ نسوانی تکالیف کوئی نہیں۔ ماہانہ نظام ٹھیک ہے مگر Discharge اکثر و بیشتر رہتا ہے۔ شاید اسی وجہ سے آنکھوں کے گرد حلقے ہیں۔ اصل مسئلہ وزن ہے۔ بھوک بہت لگتی ہے۔ قبض نہیں ہے۔ ورزش اختیار کر کے چھوڑنے پر اسکے بے پناہ نقصانات اٹھانے پڑتے ہیں۔ Walk اس ماحول اور حالات میں ممکن نہیں۔ خصوصاً نقاب لگا کر Brisk Walking ممکن نہیں ہوتی۔ اب چار میل چلنا کم از کم ایک خاتون خانہ کے لیے ممکن نہیں۔ وزن کا تعلق تھائی رائڈ کی کارکردگی سے ہوتا ہے۔ مجھے تھائی رائڈ کا کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ الحمدللہ۔ (مسز مہرینہ۔ کراچی)

جواب: بہن آپ کی مجبوریاں بالکل درست ہیں۔ اگر آپ واک ممکن بنا سکیں تو بہتر ورنہ یہ نسخہ استعمال کریں۔ ورچ، کچور ہموزن کوٹ پیس کر آدھ چمچ صبح و شام شہد کے نیم گرم گھلے ہوئے پانی کے ہمراہ مستقل دو ماہ استعمال کریں۔ موٹاپے کی احتیاطیں 4 ''چ'' ہیں جن کی تفصیل رسالے میں درج ہے اور چارٹ سے غذا نمبر 4 استعمال کریں۔

نزلہ، کیرا

سوال: حکیم صاحب! عرصہ سالہا سال میں میرے گلے میں کیرا گرتا ہے۔ بار بار تھوکنا اور کھانسنا پڑتا ہے۔ سردیوں میں اور ٹھنڈی چیز کھانے سے مرض بڑھ جاتا ہے۔ اس کی ابتداء کچھ اس طرح ہوئی کہ مجھے مخصوص ایام کے دوران ایک شادی میں جانا ہوا۔ وہاں ہر قسم کی خوراک اور غذا کو بغیر احتیاط سے استعمال کیا۔ بالکل توجہ نہیں کی۔ کئی دن تک یہ بے احتیاطی چلتی رہی۔ پھر بھی میں نے پرواہ نہیں کی۔ آخر کار میرے مخصوص ایام ڈسٹرب ہوئے اور پھر یہ نزلہ شروع ہوا جو کہ کیرا بن گیا۔ اب میں کسی محفل یا کسی کے گھر نہیں جا سکتی کیونکہ بار بار تھوکنا معیوب اور برا لگتا ہے۔ اس کے لیے الرجی ٹیسٹ بھی کرائے ہیں۔ لیکن افاقہ نہیں ہوا۔ وقتی طور پر الرجی کی ادویات کھانے سے فائدہ ہو جاتا ہے لیکن پھر ویسے ہی طبیعت ہو جاتی ہے۔ میری ایک ملنے والی نے آپ سے علاج کرایا۔ انہیں بہت فائدہ ہوا لہٰذا میرے لیے کوئی دوا تجویز کریں۔ (عالیہ جبیں، خانیوال)

جواب: سب سے پہلے تو آپ غذائی بے احتیاطی چھوڑ دیں اور خاص طور پر کھٹی، ٹھنڈی اور بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ مندرجہ ذیل نسخہ مکمل توجہ اور دھیان سے کچھ عرصہ استعمال کریں۔

ھوالشافی: کلونجی باریک کر کے رکھیں۔ اطریفل اسطخدوس کا ایک چھوٹا چمچ چائے والا گرم پانی کے کپ میں گھول کر اس میں ایک چوتھائی چمچ کلونجی ڈال کر حل کر کے پی لیں اور اوپر سے کوئی ٹھنڈا پانی یا ٹھنڈی غذا ہرگز استعمال نہ کریں۔ اس طرح صبح و شام کھانے سے قبل استعمال کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 2 مکمل پرہیز کے ساتھ استعمال کریں۔

دماغی کمزوری

سوال: میری عمر بارہ تیرہ سال ہے۔ میرے سر میں ہر وقت درد رہتا ہے۔ کبھی بہت زیادہ ہو جاتا ہے اور کبھی کم۔ نزلہ و زکام ہر وقت لگا رہتا ہے۔ آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے کم دکھائی دیتا ہے۔ کبھی آدھے سر میں بھی درد ہوتا ہے۔ میرے چہرے پر تل ہیں۔ کالے اور بھولے رنگ کے ہیں۔ جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ حکیم صاحب میرے لیے کوئی اچھا سا نسخہ بتائیں عین نوازش ہوگی۔ (ایک بیٹی۔ راولپنڈی)

جواب: نزلہ، زکام اور چہرے پر تلوں کا مسئلہ دراصل دماغی کمزوری کی وجہ سے ہے۔ آپ مندرجہ ذیل نسخہ کم از کم تین ماہ استعمال کریں۔ اطریفل اسطخدوس، خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا، جوارش جالینوس، معجون عشبہ، کسی اچھے دواخانہ سے لے کر اوپر لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 4 مکمل پرہیز اور احتیاط کے ساتھ استعمال کریں۔

چھوٹے جوڑوں میں درد

سوال: عرصہ دراز سے میرے جوڑوں اور خاص طور پر میرے چھوٹے جوڑوں میں درد اور ورم ہے۔ اب تو ہاتھ پاؤں اور جوڑوں پر ورم اور اکڑن ہو جاتی ہے۔ گر جاتا ہوں، کئی چوٹیں

قرض کی ادائیگی: سورۃ النصر مکمل چالیس مرتبہ بعد از نماز فجر پڑھیں اور اپنی آنکھوں سے اللہ کے کلام کی تاثیر دیکھیں

لگ چکی ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے اب تک کسی ہڈی وغیرہ کے ٹوٹنے سے بچالیا ہے۔ درد کو ختم کرنے والی ادویات بکثرت کھانے سے معدہ مستقل خراب رہتا ہے اور جگر بھی متاثر ہو گیا ہے۔ بعض دیسی ادویات بھی استعمال کیں۔ ہومیو ادویات تو بہت ہی زیادہ استعمال کی ہیں۔ اب آپ کی طرف رجوع کیا ہے۔ خصوصی توجہ فرمائیں اور کوئی ایسا شافی علاج عطا فرمائیں جو کہ کم قیمت ہو لیکن موثر ہو کیونکہ اب میں زیادہ قیمتی علاج برداشت نہیں کرسکتا۔ (شیخ ریاض۔ اسلام آباد)

جواب: کالے چنے دیسی 20 گرام۔ رات کو ایک کپ تیز گرم پانی میں ابال کر رات کو بھگودیں۔ صبح اٹھ کر وہ پانی پی لیں اور چنے تل کر کھالیں۔ 2 ماہ ایسا کریں۔ مزید کلونجی باریک کی ہوئی آدھ چمچ پانی کے ہمراہ صبح وشام استعمال کریں اور جوڑوں پر مندرجہ ذیل دوائی کی مالش کریں۔ **ھوالشافی:** ست پودینہ 6 گرام، ست اجوائن 6 گرام، کافور 12 گرام، تیل دارچینی 6 گرام، تیل لونگ 6 گرام، تمام ادویات آپس میں ملاکر بوتل میں محفوظ رکھیں اور بوتل کا منہ خوب بند رکھیں پھر ایک پاؤ تل کا تیل لے کر تمام ادویات ملی ہوئی اس میں ملا دیں اور محفوظ رکھیں۔ اس تیل کی تھوڑی سی مقدار لیکر مالش کریں اور اوپر اونی کپڑا باندھیں، ٹھنڈی ہوا نہ لگے۔ کھٹی، ٹھنڈی، بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں اور چارٹ سے غذا نمبر 4 اور 3 لگاتار استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

اے۔سی کے اثرات

سوال: گھر میں اے۔سی لگے ہوئے ہیں اور زیادہ وقت گرمیوں میں اس میں رہنا پڑتا تھا۔ اندر اور باہر آنے جانے سے موسم اور آب و ہوا بدلتی رہتی تھی۔ تمام جسم بندھا ہوا رہتا ہے۔ اگر کسی سے جسم دبوایا جائے تو وقتی طور پر افاقہ ہوتا ہے ورنہ پھر درد، سر میں بوجھ، اٹھنے کے بعد بیٹھنا اور بیٹھنے کے بعد پھر اٹھنا مشکل ہوگیا ہے، حتیٰ کہ اگر پانی میں ہاتھ ڈالا جائے تو جسم میں جھرجھری سی آجاتی ہے اور جسم روز بروز جکڑتا جارہا ہے لہٰذا پہلے تو معاملہ ایسے ہی چلتا رہا۔ پھر ایک دم احساس ہوا کہ آخر ایسا کیوں ہے؟ غذا کی طرف توجہ کی لیکن پھر بھی افاقہ نہ ہوا۔ آخر سوچتے سوچتے پتہ چلا کہ اس کی وجہ دراصل اے سی کا مستقل استعمال کرنا تھا اور اس اے سی کے مستقل استعمال سے جسم کند ہو کررہ گیا ہے۔ آپ کے مشورے کی اشد ضرورت ہے۔ (قادر خان۔ سبی)

جواب: اب تو سردی شروع ہو چکی ہے، لیکن اے، سی استعمال کرنے کے اثرات اب بھی آپ کے جسم پر موجود ہیں۔ جس کی وجہ سے آپ تکلیف میں مبتلا ہیں۔ میری آپ سے گزارش ہے کہ آپ ایک تو درج ذیل نسخہ نہایت توجہ اور دھیان واعتماد سے استعمال کریں۔ دوسرا چارٹ سے غذا نمبر 2 اور 4 ہی کے مطابق اپنی روزمرہ غذا میں کھانے پینے کی غذائیں استعمال کریں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہو گا اور چند ہی دنوں میں اگر آپ نے پرہیز مکمل طور پر کیا آپ خود اس تکلیف سے چھٹکارا ملتا ہوا محسوس کریں گے۔

ھوالشافی: معجون فلاسفہ، معجون سورنجان، جوارش جالینوس، ہر ڈبی سے آدھ آدھ چمچ دن میں چار بار کھانے سے قبل پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بھی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، لیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے ٹکی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اناناس، رس بھری

انتقام اور غلطی کا احساس

بچوں کا صفحہ

کیا یہ ہے وہ رومی سپہ سالار جس نے تمہیں تھپڑ مارا تھا؟'' اس نے جواب دیا:''جی ہاں! یہی ہے۔'' آپ نے اس سے فرمایا: ''بس تو پھر تم بھی اسے ویسا ہی تھپڑ مارو، لیکن اس سے زیادہ نہ مارنا۔'' قریشی نے اٹھ کر اس کے منہ پر تھپڑ دے مارا۔

غلطی کا احساس (محمد احسان۔لاہور)

صائمہ ایک بہت اچھی بچی تھی۔لیکن اس کی ایک عادت بہت خراب تھی کہ وہ ہر ایک کا مذاق اڑایا کرتی تھی۔اس کے سکول میں ایک لڑکی ثناء تھی۔جو بہت کالی تھی اور اس کی ٹانگ میں معمولی سا نقص تھا جس کی وجہ سے وہ لنگڑا کر چلتی تھی۔صائمہ سکول میں ہر وقت اس کا مذاق اڑایا کرتی تھی۔اس کی والدہ نے اسے بہت دفعہ سمجھایا کہ بیٹا کسی کا مذاق اڑانا بری بات ہے لیکن صائمہ پر کوئی اثر نہیں ہوا۔ایک دفعہ صائمہ اپنی دوستوں کے ساتھ سکول میں کھیل رہی تھی۔کھیلتے کھیلتے اس کا پاؤں سلپ ہوگیا اور وہ گر پڑی۔اسے بہت زور کی چوٹ لگی اور اس کے پاؤں میں موچ آگئی۔درد کی شدت کی وجہ سے اس کا برا حال تھا۔سکول کی میڈم نے فون کرکے اس کی والدہ کو بلایا۔اسکی والدہ فوراً اسے ڈاکٹر کے پاس لے گئیں۔ڈاکٹر نے معائنہ کرکے اس کو دوا دی اور پاؤں پر بینڈیج باندھ دی۔صائمہ کو پاؤں میں بے حد تکلیف تھی۔والدہ اسے سہارا دیکر گھر لے گئیں اور اسے اس کے کمرے میں لٹا دیا صائمہ درد کی وجہ سے روتے روتے سوگئی۔

اس نے دیکھا کہ ایک بہت خوبصورت باغ ہے۔جس میں بہت پیارے پیارے بچے کھیل رہے ہیں اور وہ ایک درخت کے نیچے بیٹھی ہے۔جب اس نے بچوں سے کہا کہ میں بھی تمہارے ساتھ کھیلنا چاہتی ہوں تو سب بچوں نے جواب دیا، تم تو لنگڑی ہو۔تم ہمارے ساتھ نہیں کھیل سکتی۔تم گندی اور لنگڑی بچی ہو۔صائمہ کو یہ سن کو بہت افسوس ہوا اور اسے یہ احساس ہوا کہ جب وہ اسی طرح ثناء کو کالی، لنگڑی کہتی ہے تو اسے کتنی تکلیف ہوتی ہوگی۔صائمہ کو یہ سوچ کر رونا آگیا اور وہ زور زور سے روتے روتے کہنے لگی۔اللہ میاں میرے پیارے اللہ میاں مجھے ٹھیک کردیں۔میں آئندہ کسی کا مذاق نہیں اڑاؤں گی اور نہ کسی کو برے نام سے پکاروں گی۔صائمہ کی والدہ نے صائمہ کے رونے اور بولنے کی آواز سنی تو وہ فوراً اس کے کمرے میں گئیں۔دیکھا کہ صائمہ نیند میں رو رہی ہے اور کہہ رہی ہے اللہ میاں مجھے معاف کردیں، اللہ میاں مجھے معاف کردیں۔صائمہ کی والدہ نے اسے اٹھایا اور پوچھا بیٹا! کیا ہوا؟ صائمہ فوراً والدہ سے لپٹ گئی اور کہنے لگی امی جان میں آپ سے وعدہ کرتی ہوں کہ آئندہ میں کسی کو برے نام سے نہیں پکاروں گی اور نہ ہی کسی کا مذاق اڑاؤں گی کیونکہ مجھے پتہ چل گیا ہے کہ کسی کا دل دکھانا کتنا گناہ ہے اور اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے کہ اے مسلمانو! تم کسی کا مذاق نہ اُڑاؤ نہ کسی دوسرے مسلمان سے تمسخر کرو اور نہ کسی کو برے نام سے پکارو۔

اب میں کبھی کسی کا دل نہیں دکھاؤں گی۔اس طرح صائمہ ایک اچھی بچی بن گئی اور وہ ہمیشہ سب کے ساتھ مل کر رہنے لگی۔

ہمیں امید ہے، بچو آپ بھی صائمہ کی طرح آئندہ کسی کو برے ناموں سے نہیں پکاریں گے۔

انتقام (ثناء اللہ، کراچی)

چند رومیوں نے ایک قریشی مسلمان کو گرفتار کرکے روم کے پایہ تخت قسطنطنیہ پہنچا دیا۔اسے رومی بادشاہ کے سامنے پیش کیا گیا۔جب اس سے سوالات پوچھے گئے تو اس نے نہایت دلیری سے جوابات دیے۔اس کی جرأت پر سپہ سالار کو غصہ آگیا۔اس نے مسلمان کے منہ پر طمانچہ دے مارا۔طمانچہ کھا کر قریشی پکار اٹھا:''اے معاویہؓ! امیر! اور آپ کا فیصلہ اللہ تعالیٰ کریں گے، آپ ہمارے امیر ہیں اور یہاں مجھ پر ظلم ہو رہا ہے۔'' قریشی کی یہ بات حضرت امیر معاویہؓ تک پہنچ گئی۔

آپؓ نے اس قیدی کا فدیہ بھجوا کر اسے آزاد کرالیا پھر اس سے رومی سپہ سالار کا نام پوچھا، جس نے تھپڑ مارا تھا۔حضرت امیر معاویہؓ نے بہت غور و فکر کے بعد اپنے ایک خاص تجربہ کار سردار کو منتخب کیا اور فرمایا تم اسے کسی طرح پکڑ کر لاؤ۔'' سردار نے غور کیا اور کہا:''اس کے لیے ایک ایسی کشتی کی ضرورت ہو گی جس میں خفیہ چپو لگے ہوں اور جو بہت تیز رفتار ہو۔'' حضرت امیر معاویہؓ نے اس سے مزید فرمایا:''جو سمجھ میں آئے کرو، تمہیں ہر طرح اختیار ہے۔''

اب اس نے کشتی تیار کروائی، جب وہ تیار ہوگئی تو اس پر بے شمار تحائف لدوائے۔اب وہ اس کشتی پر ایک تاجر کے روپ میں قسطنطنیہ پہنچا۔تھوڑی بہت تجارت کرنے کے بعد بادشاہ سے ملا، اس کے وزیروں اور دوسرے درباریوں سے ملا۔ان سب کو تحفے دیے مگر اس سپہ سالار کو کوئی تحفہ نہ دیا۔وہ سپہ سالار علیحدگی میں اس سردار سے ملا اور اس سے شکایت کی کہ اس نے اسے کوئی تحفہ نہ دیا۔سردار نے اس سے کہا:''معاف کیجئے گا، میں آپ کو پہچانتا نہیں تھا۔اب پہچان لیا ہے، اگلی مرتبہ آپ کو خاص تحائف دوں گا۔'' یہ وعدہ کرکے وہ لوٹ آیا اور اپنی کارگزاری کی اطلاع حضرت امیر معاویہؓ کو دی۔انہوں نے اطمینان ظاہر فرمایا۔وہ دوسری بار پہلے کی نسبت کئی گناہ زیادہ تحائف لے کر روانہ ہوا۔اس بار اس نے پھر ان لوگوں کو تحفے دیے۔اس سپہ سالار کو بھی دیے، ساتھ ہی اس سے کہا:''کشتی پر چند خاص تحائف اور موجود ہیں۔وہ میں خاص طور پر آپ کے لیے لایا ہوں، کیونکہ پہلی بار آپ کو کوئی تحفہ نہیں دے سکا تھا۔لہذا آپ میرے ساتھ کشتی پر چلیے۔'' اس طرح وہ کشتی پر چلا آیا۔اسے کشتی میں بٹھا کر تحفے دکھانے لگا۔ادھر اس کے ساتھی خفیہ چپو چلانے لگے۔سپہ سالار کو پتا تک نہ چلا کہ کشتی چل پڑی ہے۔اس طرح کشتی کھلے سمندر میں آگئی۔اب انہوں نے اس سپہ سالار کو باندھ لیا، یہاں تک کہ اپنے ملک لے آئے۔اسے امیر معاویہؓ کے سامنے پیش کیا گیا۔آپؓ نے اس قریشی مسلمان کو بلوایا اور فرمایا: ''کیا یہ ہے وہ رومی سپہ سالار جس نے تمہیں تھپڑ مارا تھا؟'' اس نے جواب دیا:''جی ہاں! یہی ہے۔'' آپؓ نے اس سے فرمایا: ''بس تو پھر تم بھی اسے ویسا ہی تھپڑ مارو لیکن اس سے زیادہ نہ مارنا۔'' قریشی نے اٹھ کر اس کے منہ پر تھپڑ دے مارا۔

اب حضرت امیر معاویہؓ نے سردار سے کہا:''اب اسے تحائف دے کر واپس چھوڑ آؤ۔'' ساتھ میں آپ نے رومی سے کہا: ''اپنے بادشاہ سے کہہ دینا کہ مسلمانوں کا خلیفہ اس بات کی طاقت رکھتا ہے کہ تمہارے دربار میں بیٹھنے والے سالاروں سے کسی مسلمان کا بدلہ لے سکے۔'' رومی سالار اپنے بادشاہ کے دربار میں پہنچا، اسے ساری کہانی سنائی۔پورا واقعہ سن کر رومی بادشاہ کے دل میں حضرت امیر معاویہؓ کی ہیبت بیٹھ گئی۔

اقوالِ زریں (آفرین شاہد، ڈی۔جی خان)

نصائح لقمان: (1) نماز میں قلب کی مجلس میں زبان کی، غضب میں ہاتھ اور دسترخوان پر شکم کی حفاظت کرو۔

(2) جس نعمت میں کفران ہے اس کو بقا نہیں اور جس نعمت میں شکر ہے اس کو زوال و فنا نہیں ہے۔

نصائح افلاطون: ہر روز آئینے میں اپنا منہ دیکھا کرو۔اگر بری صورت ہے تو برا کام نہ کرو تاکہ یہ دو برائیاں جمع نہ ہوں اور اگر صورت اچھی ہے تو برا کام کرکے خراب نہ کرو۔

نصائح ارسطو: اگر کوئی تیرے حق میں بدی کرے اور تو کسی کے حق میں نیکی کرے تو دونوں کو فراموش کر۔

نظر کی تیزی: غسل کرنے سے پہلے پاؤں کے انگوٹھوں پر سرسوں کا تیل لگائیں۔کبھی نظر کمزور نہ ہوگی چاہے عمر سو سال سے تجاوز کر جائے۔

صحت وتندرستی کاراز جسم کی مالش میں

فالج اکثر ایسے لوگوں کو ہوتا ہے جو مصروف یا ذہنی دباؤ کا شکار ہوتے ہیں اور مالش ایسے بے شمار مریضوں کا آخری علاج ہے اگر وہ اس طریقے کو اپنا لیں تو کبھی بھی انشاء اللہ تعالیٰ اس مرض سے پالا نہ پڑے گا

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ایک پرانے سیاست دان جو کہ اب فوت ہو چکے ہیں۔ انہوں نے بہت ہی طویل عمر پائی۔ جب ان سے دراز عمر اور صحت وتندرستی کا راز پوچھا گیا تو کہنے لگے میں روزانہ اپنے جسم کی ورزش کراتا ہوں۔ پوچھا ورزش کیسی؟ کہا کہ تیل سے پورے جسم کی مالش کراتا ہوں۔ پوچھا یہ مالش کا طریقہ اور نسخہ آپ کو کس نے بتایا؟ تو انہوں نے کہا کہ یہ اس دور کا واقعہ ہے جب پورے برصغیر میں تحریک خلافت زوروں پر تھی۔ پورا ملک ہنگاموں اور احتجاج کا محور تھا۔ ایک جلسے میں مولانا محمد علی جوہر مرحوم کے ساتھ ایک صاحب جس کا جسم بالکل سوکھا ہوا، عمر اس وقت تقریباً ساٹھ سال سے اوپر تھی لیکن انسانوں کے سمندر میں سے مولانا کو نکال کر لے گیا اور میں اس بوڑھے کی پھرتی پر بہت حیران ہوا۔ وہ کچھ عرصہ ہمارے ساتھ رہا تو میں نے بوڑھے سے اس کی طاقت کا راز پوچھا۔ کہنے لگا کہ میں بچپن سے اب تک روزانہ تیل کی مالش کرتا ہوں۔ آج تک مجھے کوئی تکلیف نہیں ہوئی اور نہ ہی کسی قسم کی کوئی کمزوری محسوس ہوئی ہے حتی کہ آج تک مجھے نزلہ زکام تک نہیں ہوا۔ یہ وہ بات تھی جس کی وجہ سے میں مالش کی ورزش کی طرف مائل ہوا۔ جیسے بوڑھے کی تندرستی کا راز مالش تھی۔ بالکل اسی طرح میری تندرستی کا راز بھی یقیناً مالش ہی ہے۔ قارئین کرام! بالکل اسی واقعہ سے ملتا جلتا واقعہ اس دیہاتی پہلوان کا تھا جو کہ اب بوڑھا ہو چکا تھا لیکن اس کا جسم بالکل پھرتیلا اور ہوشیار تھا۔ بندہ کے پاس معدے کی مرض میں مبتلا لایا گیا۔ علاج تو اسکا ہو گیا لیکن وہ مجھے ایک سبق دے گیا کہ اگر ہمیشہ جوان اور سدا خوش رہنا چاہتے ہو تو میرا ٹوٹکہ یعنی مالش کا راز ہمیشہ یاد رکھنا اور اس فارمولے کو کبھی نہ چھوڑنا۔ میں نے ان سے سوال کیا کہ آخر یہ کیوں ہے؟ کہنے لگا میں نے دیکھا ہے کہ مجھ سے بھی بوڑھے بوڑھے اس راز سے جوان اور طاقتور ہیں۔ قارئین اس بوڑھے کے میں نے کئی امتحان لیے۔ اسکی یادداشت باقی، جسم چاک و چوبند، ہاضمہ اور کھانا قابل رشک (میرے پاس وہ وقتی طور پر یعنی ہاضمے کے علاج کے لیے لایا گیا تھا)۔ نظر بالکل درست، چال اور اٹھنے بیٹھنے میں کوئی کمزوری محسوس نہ ہو رہی تھی۔

آپ یقین جانیے! اگر آپ بالکل تھکے ہوئے ہیں اور جسم ٹوٹا ہوا ہے تو ہرگز ہرگز پریشان نہ ہوں۔ آپ اپنے جسم کی عام سرسوں یا بادام کے تیل سے مالش کرائیں۔ ایک بات توجہ طلب ہے کہ اگر موسم سرما میں مالش کرنے سے قبل تیل ہلکا گرم ہو جائے اور اس گرم تیل کی مالش کی جائے تو زیادہ فائدہ ہوگا۔ ایسے احباب جو اکثر بیٹھنے، پڑھنے پڑھانے، لکھنے لکھانے کے دوران مصروف رہتے ہیں اگر انہوں نے پورے جسم کی مالش کو لازم بنایا تو انکو کوئی معذوری نہ گھیرے گی (ان شاء اللہ)۔ ایک بہت اہم بات عرض کر رہا ہوں کہ فالج اکثر ایسے لوگوں کو ہوتا ہے جو مصروف یا ذہنی دباؤ کا شکار ہوتے ہیں اور مالش ایسے مریضوں کا آخری علاج ہے اگر وہ اس طریقے کو اپنا لیں تو کبھی بھی انشاء اللہ تعالیٰ اس مرض سے پالا نہ پڑے گا۔ ایک صاحب نے شکایت کی کہ مجھے بہت سخت قسم کی اعصابی کمزوری ہے۔ اعصابی طاقت کی ادویات کھا کر بھی تندرست نہ ہوا حتی کہ اب ادویات سے چڑ سی ہو گئی ہے۔ بندہ نے اس مریض کو پورے جسم کی مالش کرنے کا مشورہ دیا اور اس بات کا اصرار کیا کہ اس میں کبھی ناغہ نہ ہو اور روزانہ اپنے معمولات میں اسکو اپنا لیا جائے۔ آخر نتیجہ وہی مثبت نکلا۔ مریض دنوں میں تندرست ہونے لگا۔ قارئین کرام یاد رہے کہ مالش جسم کے گوشت کی ہو۔ یعنی ہم اپنے نرم ہاتھوں سے مالش کریں اور معمول کے گوشت کی مالش کریں نہ کہ ہڈی کی ورنہ تکلیف اور دیگر کسی قسم کے نقصان کا اندیشہ ہے۔ میرے وسیع معالجانہ تجربات میں ہمیشہ یہ بات پیش نظر رہی ہے کہ جو بھی شخص چاہے وہ تندرست ہو یا مریض ہو، سبھی کے لیے مالش کا طریقہ بہت زیادہ مفید اور مؤثر رہا ہے۔ اس کے اثرات انسانی جسم پر آخری سانس تک رہتے ہیں۔ انسان صحت مند، جسم سڈول اور توانا رہتا ہے۔

دن اور رات میں مناظرہ

رات نے کہا کہ اگر تو اپنے آفتاب پر فخر کرتا ہے تو میرے آفتاب اللہ والوں کے قلوب ہیں

نزہۃ المجالس میں ایک عجیب واقعہ لکھا ہے کہ رات اور دن کا آپس میں مناظرہ ہوا کہ ہم میں سے کون افضل ہے۔ دن نے اپنی فضیلت کے لیے کہا کہ میرے میں تین فرض نمازیں ہیں اور تیرے میں دو اور مجھ میں جمعہ کے دن کی ایک ساعتِ اجابت ہے جس میں آدمی جو مانگے وہ ملتا ہے (یہ صحیح اور مشہور حدیث ہے) اور میرے اندر رمضان المبارک کے روزے رکھے جاتے ہیں، تو لوگوں کے لیے سونے اور غفلت کا ذریعہ ہے اور میرے ساتھ **تیقظ** اور **چوکنّا** پن ہے اور مجھ میں حرکت ہے اور حرکت میں برکت ہے اور میرے میں آفتاب نکلتا ہے۔ جو ساری دنیا کو روشن کرتا ہے۔ رات نے کہا کہ اگر تو اپنے آفتاب پر فخر کرتا ہے تو میرے آفتاب اللہ والوں کے قلوب ہیں۔ اہل تہجد اور اللہ کی حکمتوں میں غور کرنے والوں کے قلوب ہیں۔ تو اُن عاشقوں کے دیدار تک کہاں پہنچ سکتا ہے، جو خلوت کے وقت میں میرے ساتھ ہوتے ہیں۔ تو معراج کی رات کا کیا مقابلہ کر سکتا ہے۔ تو اللہ جل شانہ کے پاک ارشاد کا کیا جواب دے گا جو اُس نے اپنے پاک رسول ﷺ سے فرمایا ہے۔ "**وَمِنَ الَّیْلِ فَتَهَجَّدْ بِهٖ نَافِلَةً لَّكَ**" (سورہ بنی اسرائیل آیت نمبر 79) کہ رات کو تہجد پڑھیے جو بطور نافلہ کے ہے، آپ کے لیے۔ اللہ نے مجھے تجھ سے پہلے پیدا کیا۔ میرے اندر لیلۃ القدر ہے جس میں مالک کی نامعلوم کیا کیا عطائیں ہوتی ہیں۔ اللہ کا پاک ارشاد ہے کہ وہ ہر رات کے آخری حصہ میں یوں ارشاد فرماتا ہے۔ کوئی ہے مانگنے والا جس کو دوں، کوئی ہے توبہ کرنے والا جس کی توبہ کو قبول کروں، کیا تجھے اللہ کے اس ارشاد کی خبر نہیں کہ جس میں اللہ نے ارشاد فرمایا۔ "**سُبْحٰنَ الَّذِیْۤ اَسْرٰى بِعَبْدِهٖ لَیْلًا مِّنَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اِلَى الْمَسْجِدِ الْاَقْصَا**" (سورہ بنی اسرائیل آیت نمبر 1) پاک ہے وہ ذات جو رات کو لے گیا اپنے بندے کو مسجد حرام سے مسجد اقصیٰ تک۔ (بنت اسلم)

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/ وی پی فیس -/50 روپے کر دی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

خداوند تعالیٰ کی تنبیہ کو حقیر مت جان اور اس کی تادیب سے بیزار مت ہو کیونکہ خداتعالیٰ جس کو پیار کرتا ہے اس کو تنبیہ کر دیتا ہے۔

مسواک کی طبی افادیت اور جدید سائنس

مسواک اینٹی سیپٹک ہے۔جب انسان مسواک استعمال کرتا ہے تو یہ منہ کے اندر کے تمام جراثیم کو ختم کردیتی ہے۔ منہ کے چھالے، گرمی اور تیزابیت کی وجہ سے ہوتے ہیں، جو تازہ مسواک منہ میں ملنے سے ختم ہو جاتے ہیں۔

(محمود الحسن کاشر)

آج تک دنیا کا کوئی علم وسائنس اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی کسی بات کی تکذیب نہیں کرسکی۔عصر حاضر کے انسان نے سہل پسندی کی بناء پر اسلامی تعلیمات کو پس پشت ڈال دیا ہے۔نتیجتاً مہلک اور پیچیدہ امراض میں مبتلا ہو کر لاکھوں، کروڑوں روپے علاج پر صرف کر رہا ہے حالانکہ اسلامی تعلیمات پر عمل پیرا ہو کر مفت میں صحت وتندرستی کی دولت حاصل کرسکتا ہے۔اسلام دین طہارت ہے اور اسکے فطری پن کا اس سے بڑھ کر اور کیا ثبوت ہوسکتا ہے کہ ہر معاملے میں اس کے اندر مواد موجود ہوتا ہے۔انسانی صحت کا نصف دارو مدار پیٹ پر ہے مگر انسانی راہداری یعنی منہ اور دانتوں کا انسانی صحت پر بہت اثر ہے۔اسی بناء پر دینِ طہارت میں منہ اور دانتوں کی صفائی پر بہت توجہ دی گئی۔دانتوں کی صفائی کے لیے مسواک کو بہت اہمیت دی گئی ہے۔

مسواک آقا نبی کریم ﷺ نے خود بھی استعمال کی اور اس کا حکم بھی دیا۔ابن ماجہ میں آپ ﷺ کا ارشاد پاک ہے مسواک کا استعمال اپنے لیے لازم کرلو۔اس میں منہ کی پاکیزگی اور اللہ تعالیٰ کی خوشنودی ہے۔جامع ترمذی میں آپ ﷺ کا فرمان عالی شان ہے کہ اگر مجھے اپنی امت پر مشقت کا خیال نہ ہوتا تو ضرور تمہیں ہر نماز کے وقت مسواک کرنے کا حکم دیتا۔ابوداؤد شریف میں ہے کہ نبی کریم ﷺ نیند سے بیداری کے بعد مسواک کرتے تھے اور حضور اکرم ﷺ سونے سے قبل بھی مسواک کرتے تھے۔حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ نبی رحمت ﷺ جب بھی گھر تشریف لاتے تو سب سے پہلے مسواک کرتے تھے۔مسواک نبی کریم ﷺ کی وہ سنت مبارکہ ہے جسے آپ ﷺ نے ساری زندگی اپنائے رکھا یہاں تک کہ بوقت وصال بھی آپ ﷺ نے مسواک استعمال فرمائی۔

حضرت علیؓ کا فرمان ہے کہ مسواک حافظہ کو بڑھاتی ہے اور بلغم دور کرتی ہے۔حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ مسواک میں دس خصلتیں ہیں۔دانتوں کی زردی دور کرتی ہے۔ آنکھوں کی بینائی کو تیز اور مسوڑھوں کو مضبوط بناتی ہے۔منہ کو صاف کرتی ہے۔ملائکہ خوش ہوتے ہیں۔اللہ تعالیٰ کی رضا، سنت کی اتباع، نماز کے ثواب میں اضافہ، جسم کی تندرستی اور معدے کی اصلاح یہ سب امور حاصل ہوتے ہیں۔

علامہ ابن عابدین شامی فرماتے ہیں کہ مسواک کے فوائد ستر سے زیادہ ہیں، سب سے کم تر فائدہ یہ ہے کہ منہ سے میل کچیل صاف ہو جاتی ہے۔سب سے اعلیٰ فائدہ یہ ہے کہ موت کے وقت ایمان والے کو کلمہ یاد رہتا ہے۔ماہرین طب کی تحقیق کے مطابق 80فی صد امراض، معدہ اور آنتوں کے نقص کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں۔مسوڑھوں کی پیپ غذا کے ساتھ یا بغیر غذا کے لعاب دہن کے ساتھ مل کر معدے میں جاتی ہے تو یہی پیپ سبب مرض بنتی ہے اور تمام پاکیزہ غذا کو غلیظ اور متعفن بنا دیتی ہے۔معدے اور جگر کے امراض کے علاج سے قبل دانتوں کی صحت کا خیال کیا جائے۔گندے اور پیپ زدہ دانت دماغی امراض کا باعث بھی بنتے ہیں۔ان میں نفسیاتی امراض مثلاً جنون، خبط اور دیگر مہلک امراض شامل ہیں۔مسواک اینٹی سیپٹک ہے۔جب انسان مسواک استعمال کرتا ہے تو یہ منہ کے اندر کے تمام جراثیم کو ختم کر دیتی ہے۔منہ کے چھالے، گرمی اور تیزابیت کی وجہ سے ہوتے ہیں، جو تازہ مسواک منہ میں ملنے سے ختم ہو جاتے ہیں۔

رات کو منہ بند رہنے سے پلازما دانتوں کو خراب کرتا ہے۔دانت زیادہ تر رات کو خراب ہوتے ہیں لہٰذا رات کو سونے سے پہلے مسواک ضروری ہے۔اللہ تعالیٰ نے انسانی مشینری بنائی ہے اور وہی اس کے بارے میں بہتر جانتا ہے کہ اس کی صفائی کے لیے کس چیز کی ضرورت ہے؟ جو فوائد مسواک سے حاصل ہوتے ہیں وہ ٹوتھ پیسٹ اور برش سے حاصل نہیں ہوسکتے۔برش دانتوں کے اوپر چمکیلی اور سفید تہہ کو اتار دیتا ہے جس کی وجہ سے دانتوں کے درمیان خلا پیدا ہو جاتا ہے اور آہستہ آہستہ مسوڑھوں کی جگہ چھوڑ دیتے ہیں۔اس سے غذا کے ذرات دانتوں کے درمیان خلا میں (بقیہ صفحہ نمبر 28 پر)

دارچینی

(عبدالرحیم خان۔سالا کوٹ، بھکی)

دانتوں اور مسوڑھوں کی تکالیف میں روغن دارچینی بہت مفید ہوتا ہے اس کے علاوہ روغن دارچینی، درد گردہ و درد رحم کو بھی نفع دیتا ہے

عربی قرفہ سندھی دال چینی فارسی دارچینی

انگریزی Cinnamon Bark

دارچینی جو عرف عام میں دال چینی کے نام سے مشہور ہے یہ ایک درخت کی خوشبودار چھال ہے۔جو ہر گھر میں، گرم مصالحوں میں استعمال ہوتی ہے۔اسے پیس کر سالن کو خوش ذائقہ بنانے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔زمانہ قدیم سے دارچینی کا استعمال دوائیوں میں ہوتا آیا ہے۔حکیم جالینوس، قدیم ہندی اطباء اور اسلامی اطباء نے دارچینی کا ذکر کیا ہے۔

دارچینی کا رنگ بھورا سیاہی ہوتا ہے۔اس کا ذائقہ شیریں تیز اور نہایت خوش گوار ہوتا ہے۔اس کا مزاج گرم وخشک نمبر 3 بیان کیا گیا ہے۔اس کی قوت پندرہ سال تک قائم رہتی ہے۔اس کی مقدار خوراک دو ماشہ سے چار ماشہ تک ہے۔بعض حالات میں اس کی خوراک کی مقدار ایک تولہ یومیہ بھی ہوسکتی ہے۔

دارچینی کے فوائد:

(1) دارچینی ایک بہترین خوشبودار چیز ہے جو کہ دافع تعفن بھی ہے (2) اس کی تاثیر قابض ہوتی ہے (3) سدہ کھولتی ہے (4) محلل ریاح اور ارواح کی محافظ ہے۔اس لیے اس کو معجونوں اور مفرحات میں استعمال کیا جاتا ہے (5) کھانسی اور دمہ میں دارچینی کو ہم وزن شہد میں ملا کر چاٹنے سے فائدہ ہوتا ہے (6) اگر سردی کی وجہ سے بار بار پیشاب آتا ہو تو دو ماشہ سفوف دارچینی ہمراہ دودھ پلانا مفید ہوتا ہے۔(7) دارچینی کا تیل سرد بیماریوں اور سرد دردوں کے لیے مفید ہوتا ہے (8) دارچینی کے تیل کو تقویت باہ کے لیے بیرونی طور پر ذکر پر طلاء کرنا مفید ہوتا ہے (9) دانتوں اور مسوڑھوں کی تکالیف میں روغن دارچینی بہت مفید ہوتا ہے (10) روغن دارچینی سر کا تنقیہ کرتا ہے کیونکہ یہ اپنی لطافت اور قوت حرارت کی وجہ سے جلد نفوذ کر جانے کے باعث دماغ کی رطوبت کو جذب کرتا ہے۔اس کے علاوہ سینہ کی رطوبت کو بھی صاف کرتا ہے جو اس کی طرف جذب ہو کر آتی ہے۔(11) روغن دارچینی، درد گردہ و درد رحم کو بھی نفع دیتا ہے۔ایسی صورت میں پانچ قطرے روغن دارچینی دودھ کے ساتھ پینا مفید ہے اس کو بیرونی طور پر درد گردہ کی صورت میں (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

جدا میری منزل، جدا تیری راہیں!

وہ جنہوں نے کبھی ساتھ جینے اور ساتھ مرنے کی قسم کھائی تھی۔ آخر کار جسمانی، ذہنی اور روحانی مطابقت نہ ہونے کی وجہ سے ۱۰ دسمبر ۱۹۹۲ کو باقاعدہ ایک سرکاری اعلان کے مطابق ایک دوسرے سے جدا ہو گئے تھے۔

(ڈاکٹر ایم اے فاروقی)

سالہا سال کی باہمی کشمکش اور آویزش کے بعد بالآخر برطانیہ کے ولی عہد شہزادہ چارلس اور شہزادی ڈیانا میں علیحدگی ہو گئی تھی۔ یہ ۱۰ دسمبر ۱۹۹۲ صبح ۵ بجے کا واقعہ ہے جب میں نے بی بی سی لندن سے عالمی خبریں سننے کے لیے ریڈیو کا سوئچ آن کیا تھا تو اُس وقت برطانوی وزیراعظم جان میجر کا برٹش پارلیمنٹ میں برطانوی تخت و تاج کے وارث شہزادہ چارلس اور شہزادی ڈیانا کے درمیان باقاعدہ علیحدگی کا بیان نشر ہو رہا تھا۔ اس اعلان میں بتایا گیا تھا کہ شہزادہ چارلس اور لیڈی ڈیانا نے علیحدگی کا فیصلہ کیا ہے۔ صرف علیحدہ ہو رہے ہیں، ابھی طلاق کا کوئی فیصلہ نہیں۔ اس علیحدگی سے آئینی حیثیت کسی طرح متاثر نہیں ہو گی۔ یہ دونوں اپنے بچوں ولیم اور ہیری کی پرورش اکٹھے کریں گے۔ دونوں قومی تقریبات اور خاندان کی عمومی تقریبات میں بھی اکٹھے شریک ہوا کریں گے۔ اس علیحدگی کے آئینی مضمرات نہیں ہوں گے اور وارثِ تخت کی حیثیت میں بھی کوئی تبدیلی نہیں ہو گی۔ یاد رہے کہ اس سے پہلے ملکہ برطانیہ کے چھوٹے بیٹے شہزادہ اینڈریو اور سارا فرگوسن میں اور بیٹی شہزادی این اور اس کے شوہر مارک فلپ کے درمیان بھی گزشتہ مارچ اور اپریل میں طلاقیں ہو چکی تھیں۔

برطانوی وزیراعظم کے بیان کے وقت شہزادہ چارلس کی عمر ۴۴ سال تھی اور لیڈی ڈیانا کی عمر ۳۱ سال تھی، یعنی اپنے خاوند سے ۱۳ سال چھوٹی۔ دونوں کی شادی کو ۱۱ سال ہو چکے تھے، اس دوران دو بچے بھی پیدا ہوئے۔ یہ شادی شروع ہی سے ناخوشگواری کا شکار ہو گئی۔ شادی کے فوراً بعد ڈیانا نے محسوس کیا کہ یہ اس کی زندگی کی سب سے بڑی غلطی تھی۔ شہزادی کے مطابق چارلس بڑا سرد مہر اور اس کے دوسرے دوستوں کی طرح سمارٹ اور خوبصورت نظر نہیں آتا تھا۔ اُسے یہ شکوہ بھی تھا کہ چارلس نے کبھی اُس سے پیار نہیں کیا۔ یہ بات بھی کسی سے پوشیدہ نہیں کہ دونوں کے شادی کے علاوہ بھی معاشقے چلتے رہے تھے۔ شاہی خاندان کے افراد کی جنسی لاابالیوں پر کتابیں چھپ چکی ہیں، کیسٹ دستیاب ہیں۔ برطانوی پریس اور میڈیا میں جو کچھ شائع ہو چکا اور شہزادوں اور شہزادیوں کی جن رنگ رلیوں کی اتنی زیادہ تشہیر ہو چکی ہے یہاں انہیں دوبارہ بیان کرنے کی گنجائش نہیں۔ بکنگھم پیلس جنسی آزادی کی وجہ سے بہت زیادہ بدنام اور رسوا ہو چکا ہے۔ دیکھئے اب برطانوی حکومت کی اس شرافت سوختہ خاندان کی علامتی شہنشاہیت کب تک قائم رکھتی ہے؟

اس بیان میں یہ بھی کہا گیا تھا کہ شاہی جوڑے کی موجودہ علیحدگی کے مطابق دونوں فریق شاہی حقوق اور مراعات کے حامل رہیں گے۔ دو سال کے اندر اندر باہمی رضامندی سے طلاق دے سکیں گے اور پانچ سال کے بعد بغیر باہمی رضامندی سے طلاق ہو سکے گی۔ طلاق کی صورت میں چارلس کو تخت نشینی کی لائن میں اپنا پہلا نمبر کھونا پڑے گا اور ڈیانا کو بیشتر شاہی مراعات سے ہاتھ دھونا پڑے گا۔ ہو سکتا ہے کہ ملکہ الزبتھ کے بعد جو گزشتہ ۴۰ سال سے تخت پر براجمان ہیں۔ شہزادہ ولیم کو تخت نشینی کا موقع مل جائے۔ چارلس اور ڈیانا کی علیحدگی کا ملکہ اور اس کے خاوند کو بھی صدمہ ہوا تھا۔ بچوں نے بھی علیحدگی کو اچھا محسوس نہیں کیا۔ شہنشاہیت کے مستقبل کے سوال پر وزیراعظم جان میجر نے کہا تھا کہ ہم شہنشاہیت کے زیرِ سایہ ہیں اور آئندہ بھی رہیں گے۔

شاہی خاندان کے احوال کا تجزیہ کرنے سے جو حقائق سامنے آتے ہیں وہ اس طرح ہیں۔

۞ طویل عرصہ سے عیش و عشرت اور آرام کی فراوانیوں کی وجہ سے اندر سے خاندان کھوکھلا اور خستہ ہو چکا ہے۔

۞ ڈیانا خاندان کے روایتی شاہی طور طریقوں اور رکھ رکھاؤ جیسے معاملات سے اپنے آپ کو ہم آہنگ نہ کر سکی۔

۞ برطانوی معاشرہ بہت زیادہ آزاد معاشرہ ہے لیکن اس کے باوجود چارلس اور ڈیانا شادی سے پہلے ایک دوسرے کو اچھی طرح نہیں سمجھ پائے۔ لیڈی کمبل کے مطابق ڈیانا نے پہلے تو شہزادہ چارلس کو شادی کے جال میں پھنسانے کے لیے بڑی محنت کی لیکن شادی کے فوراً بعد اس نے چارلس سے ہاتھ کھینچنا شروع کر دیا تھا۔ شہزادہ چارلس کو بھی جلد ہی علم ہو گیا کہ اُن میں کوئی بھی چیز مشترک نہیں۔ ڈیانا کے مطابق اسے چارلس کی بعض ناپسندیدہ عادات و اطوار کا پتہ تھا لیکن اس کا خیال تھا کہ ان کو بدل لے گی جس میں وہ کامیاب نہ ہو سکی۔ یوں محسوس ہوتا ہے کہ اس شادی میں ڈیانا کی مسحور کن خوبصورتی اور چارلس کی شاہی حیثیت کا زیادہ ہاتھ تھا۔

۞ میرے خیال میں دنیا میں جتنی بے پایاں جنسی آزادی آج کے دور میں ہے، تاریخ میں اس سے پہلے کبھی نہ تھی۔ برطانیہ میں تو ہم جنسیت کو بھی قانونی تحفظ حاصل ہے۔ ان حالات میں شادی جیسے مقدس رشتوں کے لیے احترام اور استحکام ممکن نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ آج کل پورے مغرب میں شادی جیسے اہم سماجی دستور کا خاتمہ ہو رہا ہے اور مادر پدر آزادی کو فروغ حاصل ہو رہا ہے۔ برطانیہ کا شاہی خاندان بھی آخر برطانوی معاشرے کا ہی حصہ ہے۔

۞ چارلس اور ڈیانا کی شادی کی بربادی میں حد سے زیادہ نمود و نمائش کا حصہ ہے۔ یاد رہے کہ زیادہ نمود و نمائش کی وجہ سے لوگوں کے دلوں میں آپ کے خلاف حسد بھڑک اٹھتا ہے اور یہ وہ جذبہ ہے جو آپ کو خس و خاشاک بھی کر سکتا ہے۔ اسی لیے کلام پاک میں بھی حسد سے پناہ مانگی گئی ہے۔ ڈیانا نے تو نمود و نمائش کے حوالے سے فلم ایکٹروں کو بھی مات کر دیا تھا۔

چارلس کے بارے میں ڈیانا کے خیالات سے اس بات کی بھی نشاندہی ہوتی ہے کہ دونوں کے درمیان جسمانی، ذہنی اور روحانی مطابقت بھی نہیں تھی۔ کامیاب ازدواجی زندگی کے لیے میاں بیوی کے درمیان جسمانی، ذہنی اور روحانی مطابقت کا ہونا بہت ضروری امر ہے۔

عمل برائے ہر مشکل

حضرت محی الدین جیلانیؒ نے فرمایا ہے جو شخص ایک سو گیارہ مرتبہ اس دعا کو پڑھے، جو کچھ مشکل ہو حق تعالیٰ اس کی ہر مشکل کر آسان کر دے گا۔ حضرتؒ فرماتے ہیں میں نے جو کچھ پایا اس دعا کو پڑھنے سے پایا۔ اس دعا کو فجر یا عشاء کی نماز کے بعد پڑھے۔ اس وقت تک جب تک کہ مقصد میں کامیابی نہ ہو۔ "**اَللّٰهُ كَافِیْ اَلْكَافِیْ وَقَصَدْتُ الْكَافِیْ وَجَدْتُ الْكَافِیْ بِكَافِیْ اَلْكَافِیْ وَكَفَافِی الْكَافِیْ وَنِعْمَ الْكَافِیْ وَلِلّٰهِ الْحَمْدُ**" اس کے اوّل و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے۔

(عمر دراز شاہ۔ اوکاڑہ)

عبقری 29 **دل کی گھبراہٹ سے نجات:** بادام کی گری 11 عدد، سبز الائچی 7 دانے، زرشک شیریں ایک تولہ ان کو خوب رگڑ کر چینی ملا کر چٹنی بنائی، اور تھوڑی تھوڑی کھائیں۔

تھوڑی سی نظرِ کرم خود پر بھی

آپ چاہتی ہیں کہ لوگ آپ کو سراہیں، آپ کی تعریف کریں اور یہ کہنے پر مجبور ہو جائیں کہ ''آپ واقعی اچھی لگ رہی ہیں'' تو ہمیشہ عمر، موسم، شخصیت اور تقریب کی نوعیت پیشِ نظر رکھیں۔ (سعدیہ قیصر، کراچی)

تقریب چاہے کسی شادی کی ہو یا سالگرہ کی۔ دعوت نامہ عقیقے کا آئے یا چائے کی پارٹی کا۔ خواتین کے ذہن میں دو ہی باتیں فوری طور آتی ہیں کہ وہاں دیا کیا جائے اور پہنا کیا جائے۔ دعوت نامہ بھیجنے والے کو کس طرح خوش کیا جائے اور خود اپنی تیاری کس طرح کی جائے۔ پہلی بات کا فیصلہ تو ہم آپ پر ہی چھوڑتے ہیں، البتہ دوسرے مسئلے کے حوالے سے کچھ ایسی تجاویز پیش ہیں جن پر دھیان دے کر آپ اپنی ذات ہی سے مزید خوشیاں حاصل کر سکتے ہیں۔

سب سے پہلی بات یہ کہ اگر آپ کے نزدیک فیشل اور بلیچ وغیرہ ضروری اور اہم ہیں، تو یہ کام پارٹی سے ایک دو دن پہلے ہی کر لیں تاکہ اس دن آپ صرف جانے کی تیاری کریں۔ ہمیشہ تقریب کی نوعیت دیکھ کر لباس کا انتخاب اور بقیہ تیاری کیجئے۔ تقریب بڑی ہے یا چھوٹی، اپنوں میں ہے یا غیروں میں، قریبی جاننے والوں میں ہے یا دور کے رشتے داروں میں۔ پھر اسی مناسبت سے لباس منتخب کیجئے اور تیاری کے باقی مراحل بھی۔

لباس کا انتخاب ہمیشہ پہلے سے کر کے رکھیں۔ یہ نہیں کہ جب جانا ہے تو الماری کا پوسٹ مارٹم کیا جا رہا ہے۔ لباس نہ صرف پہلے سے منتخب کر لیں بلکہ پریس کر کے لٹکا بھی دیں۔ اس میں آپ ہی کی آسانی ہے۔ لباس کے بعد میک اَپ کی باری آتی ہے۔ میک اَپ بھی ہمیشہ کپڑوں کے کام اور پارٹی کی مناسبت سے کیجئے۔ اس کے ساتھ ہی اپنی عمر اور شخصیت کو بھی مدِ نظر رکھیں۔ یہ بہت ضروری امر ہے۔ اکثر خواتین جب اپنی عمر اور شخصیت کے اعتبار سے لباس اور میک اَپ وغیرہ کا اہتمام نہیں کرتیں تو پھر یقیناً دوسرے ان پر سیر حاصل تبصرے کرتے ہیں۔ تو کیا آپ کو اچھا لگے گا کہ لوگ سب کچھ چھوڑ چھاڑ کر آپ ہی کو ہدفِ تنقید بنائیں۔ کہنے کا مقصد صرف یہ ہے کہ اگر آپ چاہتی ہیں کہ لوگ آپ کو سراہیں، آپ کی تعریف کریں اور یہ کہنے پر مجبور ہو جائیں کہ ''آپ واقعی اچھی لگ رہی ہیں'' تو ہمیشہ عمر، موسم، شخصیت اور تقریب کی نوعیت کو پیشِ نظر رکھیں۔ کسی بھی تقریب میں جانے سے پہلے اپنے ہاتھوں، پیروں اور جلد کی صفائی پر خاص توجہ دیں۔ پارلر نہ جا سکیں تو گھریلو ٹوٹکوں ہی کو استعمال کر کے یا کسی پھل کے ماسک وغیرہ سے جلد کی تر و تازگی بحال کریں اور ہاں! بالوں میں اچھی طرح شیمپو ضرور کریں۔ آپ کے زیورات اور میک اَپ ہمیشہ تقریب کی مناسبت ہی سے ہونے چاہئیں۔ نیز فیشن کا خیال بھی ضرور رکھیں۔ آؤٹ آف فیشن چیزیں آپ کو وقت سے بہت پیچھے لے جاتی ہیں یا پھر خود آپ میں ایسی شخصیت ہو کہ ''جو پہن لیں، وہ ان ہو جائے۔''

ان چند آسان تجاویز پر عمل کر کے آپ خود کو کتنا بہتر اور خوش نما بنا سکتی ہیں، خود سے ہی کتنی خوشیاں مزید حاصل کر سکتی ہیں۔ ہم کچھ نہیں کہیں گے بس آپ خود پر ذرا سی توجہ دے کر ایک بار کسی خوبصورت، باذوق سی محفل میں شریک ہو کر دیکھیں۔ لوگوں کے خوبصورت الفاظ اور سراہے جانے والی نگاہیں جو کچھ کہیں، انہیں غور سے سنیں۔

(بقیہ: اُجلی اور نکھری جلد کے راز)

خوب یک جان کریں اور بعد میں گلیسرین پانچ گرام، عرق گلاب پانچ گرام ملائیں۔ حسب دستور رات کو استعمال کریں۔ جلدی خشکی میں مفید ہے۔ (4) مغز بادام بیس عدد۔ رات کو پانی میں بھگو دیں صبح اٹھ کر ان کا چھلکا اتار کر سفید مغز پانی میں پیس کر لئی سی بنا لیں اور اس میں ایک چمچہ شہد ملا کر ہاتھ، گردن اور چہرے پر لگائیں اور ایک گھنٹہ بعد نہا لیں۔ جلد کو نرم، ملائم اور خوبصورت بناتا ہے۔

روغن خاص:۔ اصلی بادام روغن 50 گرام، سرسوں کا روغن 50 گرام، روغن گری 50 گرام، روغن زیتون 50 گرام اور عطر گلاب 10 قطرے خوب یک جان کریں۔ یہ روغن جلدی خشکی کے علاوہ بالوں کو چمک دار اور مضبوط بھی کرتا ہے۔ سر کی خشکی کے لیے انتہائی مفید ہے۔

آب برگ گیندہ:۔ موسم سرما میں ہاتھ پاؤں کا خشکی کے باعث پھٹ جانا یا سیاہ ہو جانا کے لیے آب برگ گیندہ انتہائی مفید ہے۔ بلکہ داد کو بھی مفید ہے جو موسم سرما میں خشکی سے ہو۔

کالے جادو سے نجات کا آسان عمل

فَلَمَّآ اَلْقَوْا قَالَ مُوْسٰى مَا جِئْتُمْ بِهِ ۙ السِّحْرُ ؕ اِنَّ اللّٰهَ سَيُبْطِلُهٗ ؕ اِنَّ اللّٰهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِيْنَ o وَيُحِقُّ اللّٰهُ الْحَقَّ بِكَلِمٰتِهٖ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُوْنَ (سورۂ یونس آیت نمبر 81 تا 82)

فَوَقَعَ الْحَقُّ وَبَطَلَ مَا كَانُوْا يَعْمَلُوْنَ o فَغُلِبُوْا هُنَالِكَ وَانْقَلَبُوْا صٰغِرِيْنَ o وَاُلْقِيَ السَّحَرَةُ سٰجِدِيْنَ o قَالُوْٓا اٰمَنَّا بِرَبِّ الْعٰلَمِيْنَ o رَبِّ مُوْسٰى وَهٰرُوْنَ o (سورۂ اعراف آیت نمبر 118 تا 122)

اِنَّمَا صَنَعُوْا كَيْدُ سٰحِرٍ ؕ وَلَا يُفْلِحُ السّٰحِرُ حَيْثُ اَتٰى o (سورۂ طٰہٰ آیت نمبر 69)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ؕ

قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ o مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ o وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ o وَمِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِى الْعُقَدِ o وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ o

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ؕ

قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ o مَلِكِ النَّاسِ o اِلٰهِ النَّاسِ o مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ ۙ الْخَنَّاسِ o الَّذِىْ يُوَسْوِسُ فِىْ صُدُوْرِ النَّاسِ o مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ o

پہلے روز نیا برتن لے کر اس میں پانی بھر لیں، پھر اس میں مندرجہ بالا آیات گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کریں، پھر اس میں سے تین گھونٹ پانی مریض کو پلائیں اور ایک بوتل میں کچھ پانی، دن بھر پینے کے لیے لے لیں۔ باقی ماندہ پانی سے مریض کو نہلائیں، برتن پہلے روز نیا ہونا چاہیے۔ یہ عمل چالیس روز تک بلا ناغہ ہونا چاہیے۔ ان شاء اللہ چالیس دن ختم ہونے سے پہلے پہلے کالا جادو کا یقینی خاتمہ ہو جائے گا۔ بہت دفعہ کا آزمایا ہوا عمل ہے۔ اس عمل کے لیے پختہ یقین کا ہونا بہت ضروری ہے۔ (مرسلہ: مولانا محمد عثمان قریشی۔ بلال پارک لاہور)

بگڑے ٹانسلز کا شافی علاج

حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ اے خواتین تم پر افسوس ہے کہ اپنے بچوں کو یوں قتل کرتی ہو اگر آئندہ کسی بچے کو حلق میں سوزش ہو اور اس کے سر میں درد ہو تو قسط ہندی کو رگڑ کر اس کو چٹا دو۔ حضرت عائشہؓ نے اس پر عمل کیا بچہ تندرست ہو گیا۔

(حکیم عبدالجبار)

گلے پڑنا (Tonsilitus)

فرمان رسول ﷺ: اپنے بچوں کو حلق کی بیماری میں گلا دبا کر عذاب نہ دو جبکہ تمہارے پاس قسط موجود ہے (بخاری و مسلم)

امراض حلق میں گلے پڑنا ایک مشہور مرض ہے۔ اس کو انگریزی میں (Tonsilitus)، عربی میں ورم لوزتین، اردو میں گلے پڑنا یا گلے پھول جانا کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ حلق میں زبان کی پچھلی طرف دونوں اطراف میں چھوٹے چھوٹے غدود ہوتے ہیں۔ ان غدود (ٹانسلز) کو انسانی بدن کا دربان کہا جاتا ہے۔ کیونکہ یہ غدود جراثیم کو آگے جانے سے روکتے ہیں اور جراثیم کو ناکارہ بنا دیتے ہیں۔ لیکن بعض اوقات شدید حملے کی صورت میں یہ سنتری خود متورم ہو جاتے ہیں۔ اس حالت کو گلے پڑنا یا ٹانسلز کا پھول جانا کہتے ہیں۔ گلے پڑنے کا مرض آج کل بچوں اور بڑوں میں بہت زیادہ ہے۔ اس کے علاج میں غفلت سے نمونیہ اور دم کشی تک نوبت پہنچ جاتی ہے۔

اس مرض کے اسباب مندرجہ ذیل ہیں:

فضائی آلودگی مثلاً گرد و غبار اور دھواں، زیادہ گرم اور سرد اشیاء کا استعمال یعنی گرم گرم کھانے کے بعد فوراً ٹھنڈا پانی یا ٹھنڈی بوتل پینا۔ قوت مدافعت کی کمزوری، تمباکو نوشی، بارش میں بھیگنا، گندی اشیاء منہ میں ڈالتے رہنا۔ فیڈر اور چوسنی سے جراثیم کی معقول مقدار حلق میں جاتی رہتی ہے۔ آئس کریم اور قلفیاں جن میں شکرین ہوتی ہے، کھانا گلے پڑنے کا سبب بنتی ہیں۔

علامات: اس بیماری کی ابتداء گلے میں خراش اور گرانی سے شروع ہوتی ہے، مریض کو تھوک نگلنے میں درد اور چبھن ہوتی ہے، خفیف لرزے کے ساتھ بخار ہو جاتا ہے، ٹانسلز (لوزتین) سرخ اور متورم نظر آتے ہیں، نبض تیز اور جسم گرم ہو جاتا ہے، گردن گھمانے میں درد ہوتا ہے، بھوک ختم ہو جاتی ہے، کمزور بچوں میں اس مرض کے بار بار حملے کی وجہ سے گلے اکثر پھولے رہتے ہیں جس کی وجہ سے بچہ منہ کھول کر سانس لیتا ہے اور گہری نیند نہیں سو سکتا۔ ہاضمے کی خرابی اور بھوک کی کمی کی وجہ سے بچہ کمزور اور کم عقل ہو جاتا ہے۔ قد چھوٹا رہ جاتا ہے۔ گلے سے رسنے والا بدبودار تھوک معدے میں جانے کی وجہ سے جوڑوں میں سوزش ہو جاتی ہے۔ زہریلی رطوبت خون میں ملنے کی وجہ سے دل کے والو متورم ہو کر ہمیشہ کے لیے تکلیف کا باعث بن جاتے ہیں۔

علاج: اس مرض کے علاج سے اگر غفلت کی جائے تو ہمیشہ اس کے خطرناک نتائج دیکھنے میں آتے ہیں۔ اس کے بار بار حملے ہوتے ہیں۔ علاج سے شدت میں کمی آجاتی ہے۔ لیکن بیماری برقرار رہتی ہے اور اندر ہی اندر گھن کی طرح کھائے جاتی ہے۔ مرض کے حملے کے دوران مریض مکمل آرام کرے، گلے پڑنے کے جتنے اسباب بیان کیے گئے ہیں، ان سے پرہیز کرے۔ ترش اور زیادہ سرد اور گرم اشیاء سے پرہیز کرے۔ گرم گرم کھانا کھانے سے حلق کی جھلیوں اور غدود میں ورم ہو جاتا ہے۔ اسی لیے نبی کریم ﷺ نے گرم گرم کھانا کھانے سے منع فرمایا۔ ہر قسم کے تیزابی کولا مشروبات، تمباکو نوشی، پان، آئس کریم، ٹافیاں اور چیونگم سے پرہیز کیا جائے۔

طب نبوی ﷺ: معالج روح و جسم نبی کریم ﷺ نے اکثر امراض کا اصولِ علاج عطا فرمایا ہے لیکن تفصیل معالج کی تحقیق کے لیے چھوڑ دی تاکہ تفصیل اور تحقیق کا عمل مسلسل جاری و ساری رہے۔ تین بیماریاں ایسی ہیں، جن کا علاج آپ ﷺ نے خود کر کے دکھایا۔ ان میں وجع القلب، استسقاء یعنی پیٹ میں پانی پڑنا اور گلے کی سوزش شامل ہے۔ حضرت جابر بن عبداللہؓ روایت کرتے ہیں کہ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا۔ اے عورتو! تمہارے لیے مقام افسوس ہے کہ تم اپنی اولاد کو قتل کرتی ہو۔ اگر کسی بچے کے گلے میں سوزش ہو یا سر میں درد ہو تو قسط ہندی لے کر رگڑ کر بچے کو چٹا دے۔

حضرت جابرؓ ایک اور روایت میں فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ حضرت عائشہؓ کے گھر میں داخل ہوئے تو ان کے پاس ایک بچہ تھا جس کے منہ اور ناک سے خون بہہ رہا تھا۔ آپ ﷺ نے پوچھا یہ کیا ہے؟ جواب ملا کہ بچے کو غدرہ ہے۔ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ اے خواتین تم پر افسوس ہے کہ اپنے بچوں کو یوں قتل کرتی ہو اگر آئندہ کسی بچے کو حلق میں سوزش ہو اور اس کے سر میں درد ہو تو قسط ہندی کو رگڑ کر اس کو چٹا دو۔ حضرت عائشہؓ نے اس پر عمل کیا، بچہ تندرست ہو گیا۔ (مسلم)

حضرت عبداللہؓ سے مختلف محدثین نے اسی مضمون اور مفہوم کی پانچ احادیث بیان کی ہیں جن میں مختلف انداز میں یہی نسخہ بار بار اصرار کے ساتھ گلے کی سوزش میں بتایا گیا ہے۔

حضرت انس بن مالکؓ نے روایت کی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا "اپنے بچوں کو حلق کی بیماری میں گلا دبا کر عذاب نہ دو جبکہ تمہارے پاس قسط موجود ہے" (بخاری و مسلم)

ہمارے ملک میں بھی یہ رواج ہے کہ عورتیں بچے کا گلا خراب ہونے کی صورت میں بچے کا منہ کھلوا کر اس کا گلا دبا دیتی ہیں اور گلے میں توے کی سیاہی یا راکھ لگا دیتی ہیں، یہ طریقہ نہایت غلط ہے۔ آپ نے بچوں کا گلا دبانے سے منع فرمایا اس طرح گلے کو دبا کر غدود کو توڑنا جریان خون کا باعث بنتا ہے اور اس سے موت واقع ہو جاتی ہے۔ میں نے اسی طرح کے عمل کی وجہ سے کئی بچوں کی موت واقع ہوتی دیکھی ہے۔ قسط بنیادی طور پر جراثیم کش ہے۔ جراثیم اس کے عادی نہیں ہوتے جبکہ دیگر جراثیم کش ادویات کے عادی ہو جاتے ہیں۔ قسط جسم میں قوت مدافعت بڑھاتی ہے۔ قسط جیسی مفید اور موثر دوا کے ہوتے ہوئے گلے نکلوانا یا اس کا آپریشن کروانا افسوسناک امر ہے۔ ام المومنین حضرت سلمہؓ فرماتی ہیں کہ نبی کریم ﷺ کو زندگی بھر کبھی کوئی ایسا زخم نہیں آیا یا کانٹا نہیں لگا جس پر مہندی نہ لگائی ہو۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

پھلبہری کا مرض

ہارلے سٹریٹ، پشاور روڈ اور راجہ بازار راولپنڈی سے مختلف خطوط پھلبہری کے بارے میں آئے ہیں۔اس سلسلے میں اتنا جان لیجئے کہ یہ ایک ایسا مرض ہے جس کے لیے حضرت عیسٰی علیہ السلام کو معجزہ دیا گیا۔اب ظاہری بات ہے جس بیماری کے لیے پیغمبر کو معجزہ عطا ہوا، اس کا علاج عام انسان کے بس میں نہیں۔پھر یہ مرض کچھ ایسا تکلیف دہ بھی نہیں۔ پھلبہری کے مریضوں سے مجھے اتنا کہنا ہے کہ آپ اب سردی کے موسم میں بتھوے کا ساگ روزانہ کھایئے اور اس کے تازہ پتے لے کر داغوں پر صبح شام ملیے۔بازار میں سرسوں کے ساگ کے ساتھ ہی اب بتھوے کا ساگ بھی آجائے گا۔تازہ بھنگرہ ملے تو اس کے پتے بھی داغوں پر مل سکتے ہیں۔کسی مالی سے پوچھ لیجئے۔اس میں چھوٹے چھوٹے سفید پھول آتے ہیں اور اس کی پتی ہاتھ میں ملنے سے سیاہ ہوجاتی ہے۔

اروی مفید غذا

ہمارے گھر میں اروی کوئی نہیں کھاتا۔سب کہتے ہیں یہ اچھی غذا نہیں، بادی ہے۔آپ اس کے بارے میں ضرور لکھیں اور اس کی کوئی چیز بنانا بتایئے۔ (ارم۔لاہور)

☆ ارم بی بی! اروی اچھی غذا ہے، خصوصاً کمزور، دبلے پتلے لوگوں کے لیے کیونکہ یہ وزن بڑھاتی اور کمزوری دور کرتی ہے۔دودھ پلانے والی خواتین کے لیے بہت مفید ہے۔اس کا سالن کھانے سے دودھ زیادہ ہوتا ہے۔گوشت کے ساتھ اروی کا سالن بنا کر کھایئے۔لوگ اسے بادی کہتے ہیں۔ لیموں، ہری مرچ، پیاز، پودینے کی سلاد کے ساتھ اس کا ذائقہ دوبالا ہوجاتا ہے۔اروی کی بھجیا بنتی ہے۔اس کے پتے بیسن میں لپیٹ کر، تل کر کھائے جاتے ہیں۔اس کے پتوں کا سالن بھی پکایا جاتا ہے جو بہت لذیذ ہوتا ہے۔

جن لوگوں کو گنٹھیا اور جوڑوں کا درد ہو، انہیں اروی نہیں کھانی چاہیے۔طبی لحاظ سے اروی معدے کے لیے مفید ہے، اس کے لیس سے لوگ گھبراتے ہیں۔اروی چھیل کاٹ کر پانی میں ایک چمچ نمک ڈال کر دس پندرہ منٹ کے لیے بھگودیں۔ پھر مدھانی سے پانی کا جھاگ بنا کر پانی پھینک دیں۔دوتین بار ایسا کرنے سے سارا لیس نکل جائے گا۔گوشت کے سالن میں اروی ڈال کر دہی ملایئے اور خوب بھر کر شوربا کرلیجئے۔ اروی بینگن بھی لوگ شوق سے کھاتے ہیں۔

اروی کے کباب بڑے مزے کے بنتے ہیں۔ان کی ترکیب یہ ہے موٹی اروی آدھ کلو لے کر چھلکوں سمیت ابال لیں۔پھر چھیل کر رکھ لیں۔موٹی کوٹی ہوئی سرخ مرچ آدھی چمچ، نمک حسب ذائقہ، سفید زیرہ موٹا کوٹا ہوا آدھی چمچ، اجوائن کے دانے دو چٹکی، پسا ہوا انار دانہ ایک چمچ لہسن پسا ہوا آدھی چمچی، ہری مرچ دو عدد باریک کاٹ لیں۔پودینے کے تھوڑے سے پتے اور ہرا دھنیا کاٹ لیں۔آدھی پیالی بیسن لے کر تھوڑے سے پانی میں سارے مصالحے ملا دیجئے۔ اروی کو ہاتھ سے دبا کر بیضوی شکل کے کباب کی طرح بنایئے۔بیسن میں ڈبو کر تیل یا گھی میں تل لیجئے۔انار دانے اور پودینے کی چٹنی کے ساتھ کھایئے۔جس تیل یا گھی میں تلنا ہو اس میں پہلے چھ سات دانے میتھی کے ڈال دیجئے۔سرخ ہو جائیں تو انہیں چمچے سے نکال کر پھینک دیجئے۔اس سے ذائقہ مچھلی کی طرح لگے گا۔

قبض کا علاج

راحت بی بی حیدرآباد سے لکھتی ہیں کہ گیس کے لیے ادرک کا مربہ بہت مفید ثابت ہوا ہے۔اس طرح کی دوا بہت جلد فائدہ دیتی ہے۔مجھے اب کوئی ایسا ٹوٹکا بتایئے جس سے قبض بالکل نہ رہے اور آنتیں صاف ہوجائیں؟

☆ راحت صاحبہ! اللہ تعالیٰ نے ہمارے لیے بے شمار نعمتیں اپنی رحمت کے ساتھ عطا فرمائی ہیں۔آپ قدرتی علاج کیجئے۔ صبح نماز کے وقت اٹھیں وضو کر کے نماز پڑھیں اور پھر چار گلاس تازہ پانی وقفہ کر کے پی لیں۔اس کے آدھ گھنٹہ بعد ناشتا کیجئے۔صبح کی سیر کیجئے۔کم از کم ۸ گلاس پانی دن میں ضرور پی لیا کریں۔رات کو سوتے وقت ایک چمچی ثابت اسبغول کی کھایئے۔ہلکا گرم دودھ بھی پی سکتی ہیں۔سبزیاں، سلاد خوب کھایئے۔چھے دانے منقہ بیج نکال کر کھالیا کریں۔ کبھی کبھی دن کے دس بجے زیتون کا تیل ایک چمچ خالی پیٹ پی لیا کریں۔اس سے آنتیں نرم رہیں گی۔زیتون کا تیل بے انتہا مفید ہے۔قرآن پاک میں زیتون کو مبارک درخت قرار دیا گیا ہے۔رات کو سوتے وقت جبکہ کھانا کھائے ڈھائی گھنٹے ہوگئے ہوں، آپ ایک چمچ زیتون کا تیل پی سکتے ہیں اس کے بعد کچھ نہیں کھانا پینا۔دائمی قبض کی تمام شکایات اس سے دور ہو جاتی ہیں۔آپ زیتون کا تیل پئیں تو اسبغول استعمال نہ کریں۔

کرخت آواز

مسز ہارون لطیف لالہ موسیٰ سے لکھتی ہیں ”میرے بھائی کی آواز بہت کرخت ہے اور بہت بری لگتی ہے۔کیا اس کی آواز اچھی ہوسکتی ہے؟

☆ محترمہ! لالہ موسیٰ میں ملٹھی، عناب اور بادام تو ضرور مل جاتے ہوں گے۔آپ یہ تینوں دو دو تولہ لے کر ہاون دستے میں خوب کوٹ پیس لیں۔بادام چکھ لیں کہیں کڑوے نہ ہوں۔ پھر ذرا سا پانی ملائیں اور اس کی گولیاں بنا کر رکھ لیں۔دوتین دن دھوپ میں سکھالیں۔بھائی کو سمجھائیں یہ گولیاں دن میں چار پانچ دفعہ منہ میں رکھ کر چوسا کیجئے، آواز میں فرق پڑے گا۔ ملٹھی صاف ہو، اس کا چھلکا اتار دیجئے، پھر اس کو باریک کیجئے گا۔

بچہ کانپتا رہتا ہے

ف۔ر گوجرانوالہ سے لکھتی ہیں: ”میرا بیٹا آٹھ ماہ کا ہے، اس کو دورے پڑتے ہیں۔اسے ریوٹرل، فینو بار بی ٹون اور دوسری دوائیں چھ ماہ سے کھلا رہے ہیں۔مگر وہ ٹھیک نہیں ہوتا۔بٹھاتی ہوں تو کانپتا رہتا ہے۔اس نے میرا دودھ بھی نہیں پیا۔“

☆ ف صاحبہ! آپ بیٹے کو گوجرانوالہ میں بچوں کے خصوصی معالج کو دکھایئے۔سی ایم ایچ میں بھی دکھا سکتی ہیں۔دورے کی نوعیت اور وقفہ دیکھ کر وہ دوا تجویز کریں گے۔

ہچکی روکنا آسان: ہچکی آرہی ہو تو لونگ کھالیں ہچکی بند ہوجائے گی۔

پانی سے بائیس خطرناک بیماریوں کا خاتمہ

اگر ہم روزانہ آٹھ سے دس گلاس صاف پانی پئیں اور مناسب ورزش کے ساتھ متوازن خوراک استعمال کریں تو اللہ تعالیٰ بہت سی بیماریوں سے نجات دلا سکتا ہے۔ پانی پینے کے اسلامی طریقہ سے موجودہ سائنسی تحقیق نے بھی اتفاق کیا ہے۔

(نوراحمد نور، گوجرانوالہ)

جسم میں ڈی ہائیڈریشن (پانی کی قلت) سے نقصانات:۔ چکر، سردرد اور بھاری پن، تھکن اور کمزوری، نظر میں کمی و دھندلاہٹ، منہ کی خشکی اور بھوک کی کمی، قوت سماعت میں کمی، خشک اور گرم جلد، نبض کی رفتار میں اضافہ، سانس کا پھولنا، چال و رفتار میں لڑکھڑاہٹ، پیشاب کی بار بار حاجت، وغیرہ وغیرہ۔

آلودہ وگدلا پانی بہت ہی نقصان دہ ہے:۔

گدلا اور آلودہ پانی دنیا میں سب سے بڑا قاتل گردانا گیا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کی رپورٹ کے مطابق دنیا بھر میں روزانہ ایک لاکھ اور پچیس ہزار افراد گدلا پانی پینے سے اپنی زندگی سے ہاتھ دھو رہے ہیں۔ وطن عزیز، پاکستان میں 25 سے 30 فی صد اموات معدے اور آنتوں کی بیماریوں کا باعث ہیں۔ یہ بیماریاں گدلے پانی سے ہی پیدا ہوتی ہیں۔ جو کہ مندرجہ ذیل ہیں، ٹائیفائڈ بخار، آنتوں کا بخار، ہیضہ، انتڑیوں کی سوزش، بدہضمی، گیس، معدے کا السر، اپھارہ، اسہال اور جوڑوں کا درد جیسے خطرناک امراض گندے پانی کا سبب ہیں۔

دل کی بیماریاں اور ہائی بلڈ پریشر:۔ جسم میں پانی کی کمی سے خون گاڑھا ہونا شروع ہوتا ہے۔ جس سے اس کے بہاؤ میں رکاوٹ آنے لگتی ہے اور پورے جسم تک خون پہنچانے کے لیے دل کو زیادہ محنت کرنا پڑتی ہے۔ ہائی بلڈ پریشر کی صورت میں جسم میں پانی کی کمی ہونے سے خون کی نالیاں تنگ ہونا شروع ہوتی ہیں۔ اس سے بھی دل کو زیادہ محنت کرنا پڑتی ہے۔ امریکی ریاست کولمبیا کی یونیورسٹی آف ساؤتھ کورولین سے وابستہ ڈاکٹر مارک ڈیوس کا کہنا ہے کہ ''ہماری بیشتر تکالیف کا تعلق ناکافی غذا کی بجائے گندہ پانی پینے سے ہے۔'' کیلیفورنیا کی لوما لنڈا یونیورسٹی کے شعبہ تحقیق کے سربراہ کا کہنا ہے کہ ''جو لوگ پانی کی جگہ مشروبات، چائے، کافی استعمال کرتے ہیں ان میں بھی دل کا دورہ پڑنے کے خطرات دوگنا ہوتے ہیں۔''

صاف پانی کے فائدے:۔ صاف پانی کے استعمال سے اسہال، معدے اور آنتوں کی خرابی سمیت دیگر کئی جراثیمی بیماریوں سے 50 فی صد تک بچاؤ ممکن ہے۔ اس کے علاوہ صاف پانی انسانی ذہنی و جسمانی نشو ونما میں کلیدی حیثیت کا حامل ہے۔ بچوں کو دودھ اور پھلوں کے رس کی بجائے صاف پانی زیادہ مقدار میں پلانا چاہیے۔ کیونکہ اس سے جسم میں موجود اضافی نمک خارج ہونے میں مدد ملتی ہے۔ برطانیہ میں فوڈ اینڈ موڈ پراجیکٹ نے عمومی صحت اور ذہنی کیفیت پر خوراک کے اثرات کے حوالے سے تجربات کیے جس سے ثابت ہوا ہے کہ ایسے 80 فی صد لوگ ہیں، جنہوں نے پانی کے ذریعے ذہنی طور پر صحت بہتر بنانے کی کوشش کی اور تسلی بخش بہتری دیکھنے میں آئی۔ ایڈبرگ (برطانیہ) کے ایک سکول کے اساتذہ نے طالب علموں کو دن بھر صاف پانی سے بھری بوتلیں پینے کے لیے ساتھ رکھنے کی اجازت دی تو سکول کے نتائج انتہائی شاندار رہے۔

پانی کے ذریعہ علاج:۔ بقول اطباء پانی سے مندرجہ ذیل بائیس خطرناک بیماریوں کا علاج بفضلہ تعالیٰ ممکن ہو جاتا ہے۔ دردسر، بلڈ پریشر، لقوہ، بیہوشی، کھانسی، بلڈ کولیسٹرول، بلغم، دمہ، سینن جائنٹس، مروڑ، جگر کے امراض، پیشاب کی بیماریاں، ٹی بی، تیزابیت، قبض، گیس ٹربل، ذیابیطس، بواسیر، آنکھ کے امراض، استحاضہ (حیض کی بیماریاں)، بچہ دانی کا کینسر، ناک اور گلے کے امراض

صاف پانی کا استعمال اور طریقہ علاج: صبح بیدار ہوتے ہی نہار منہ پہلے چار بڑے گلاس پانی بیک وقت پیا جائے۔ پانی پینے کے بعد دانتوں کو مسواک یا برش سے صاف کیا جا سکتا ہے۔ اس کے بعد ناشتے کے دو گھنٹے بعد پانی پیا جائے۔ اس طرح دوپہر کا کھانا کھانے کے دو گھنٹے بعد پھر رات کے کھانے کے بعد دو دو گلاس پانی پیا جائے۔ رات پانی پینے کے بعد اور سونے سے پہلے پھر کوئی چیز نہ کھائی جائے۔ اگر صبح چار گلاس نہ پیے جا سکیں تو پہلے ایک ایک گلاس کر کے پیا جائے۔ آہستہ آہستہ روزانہ پانی کی مقدار بڑھائی جائے اس تجربہ سے مندرجہ ذیل مریض اللہ کی مہربانی سے شفایاب ہو سکتے ہیں۔ ذیابیطس ایک ہفتہ کے اندر، ہائی بلڈ پریشر اور کینسر ایک ایک ماہ میں اور ٹی بی سے بفضلہ تعالیٰ تین ماہ کے بعد نجات مل سکتی ہے۔

پانی پینے کا طریقہ:۔ صاف پانی کا استعمال بیمار لوگوں کے ساتھ ساتھ صحت مند لوگوں کے لیے بھی خاصا مفید ہوتا ہے۔ بیمار اس سے تندرستی حاصل کر سکتے ہیں جبکہ صحت مند لوگ بیماریوں سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔ اگر ہم روزانہ آٹھ سے دس گلاس صاف پانی پئیں اور مناسب ورزش کے ساتھ متوازن خوراک استعمال کریں تو اللہ تعالیٰ بہت سی بیماریوں سے نجات دلا سکتا ہے۔ پانی پینے کے اسلامی طریقہ سے موجودہ سائنسی تحقیق نے بھی اتفاق کیا ہے۔ پانی بیٹھ کر پیا جائے تو جسم کی حاجت کے مطابق پانی جسم میں جاتا ہے۔ جبکہ کھڑے ہو کر پانی پینے سے جسم کی ضرورت سے زائد پانی جسم میں جاتا ہے۔ جو کہ استسقاء کا باعث ہے۔ ہمارے محسن پیغمبر رحمت عالم ﷺ نے کھڑے ہو کر پانی پینے کی ممانعت فرمائی ہے۔ اس سے معدے اور جگر کی بیماریاں لاحق ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔

حدیث قدسی:۔ آخر میں حدیث قدسی کے حوالے سے بات ختم کی جاتی ہے۔ حضرت ثمامہ بن عبداللہؓ کا بیان ہے کہ حضرت انسؓ برتن سے پانی پیتے وقت دو یا تین سانس لیتے تھے اور ان کا خیال تھا کہ نبی کریم ﷺ اسی طرح تین سانس لیا کرتے تھے۔ یاد رہے پانی ایک ہی سانس میں نہیں پینا چاہیے۔ پانی ٹھہر ٹھہر کر تین سانسوں میں پینا چاہیے۔ ایک ہی سانس میں کھڑے ہو کر پانی پینے سے سانس کی نالی میں پانی جانے کا خدشہ ہوتا ہے۔ دعا ہے اللہ تعالیٰ ہر مسلمان کو اس عظیم نعمت کو صحیح استعمال کرنے کی توفیق دے۔ اس کے بغیر بدنی، لباسی اور روحانی صفائی (وضو بنانے سے) ممکن نہیں ہے۔ ہر ذی روح کو آبادی، شادابی، سیرابی اور روزی کے سبب کے لیے بھی اللہ تعالیٰ نے ''پانی'' پیدا فرمایا ہے۔

شریر کی بدکاریوں کا انجام: شریر کی بدکاریاں اسے پکڑ لیں گی اور وہ اپنے ہی گناہ کی رسیوں میں جکڑا جائے گا۔

امام زین العابدینؓ کے روحانی عملیات

ادائیگی قرض کے لیے یہ دعا جمعہ کے دن پڑھنی چاہیے۔ "اَللّٰھُمَّ اکْفِنِیْ بِحَلَالِکَ عَنْ حَرَامِکَ وَاَغْنِنِیْ بِفَضْلِکَ عَمَّنْ سِوَاکَ یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ"

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

ذیل میں وہ دعائیں درج ہیں جو صحیفہ حضرت امام زین العابدینؓ میں مذکور ہیں جن کی برکت سے بڑی بڑی مشکل چشم زدن میں حل ہوجاتی ہے۔

دعا طائر رومی:۔ صاحب حیوۃ الحیوان نے لکھا ہے کہ میرا ایک ہمسایہ ۲۰ سال تک بلا د روم میں اسیر رہا ہے۔ بیس سال بعد حق تعالیٰ نے خلاصی عطا فرمائی۔ میں نے اپنے ہمسایہ سے رہائی کے حالات دریافت کیے تو اس نے بیان کیا میں ایک رات بیوی بچوں کے غم میں اس قدر رویا، جس کی حد نہیں۔ اسی دوران مجھے دیوار پر ایک پرندہ یہ دعا پڑھتا ہوا نظر آیا۔ یہ دعا میں نے غور سے سن کر حفظ کر لی اور ۳ رات مسلسل پڑھتا رہا۔ تیسری رات میں یہ دعا پڑھ کر سو گیا۔ جب آنکھ کھلی تو اپنے مکان کی چھت پر موجود تھا۔ چھت سے اتر کر اپنے گھر میں آیا۔ بیوی بچوں سے ملا۔ ان کی خوشی کی کوئی حد و غایت نہ تھی۔ اس کے بعد میں حج کو گیا۔ طواف بیت اللہ میں یہی دعا پڑھ رہا تھا کہ ایک شخص نے مجھ سے کہا کہ یہ دعا تو روم میں ایک پرندہ پڑھا کرتا تھا۔ میں نے جواب دیا بالکل درست ہے۔ پھر میں نے اس سے اپنی طویل اسیری کا حال ذکر کیا۔ پھر میں نے اُس سے پوچھا کہ آپ کا اسم گرامی کیا ہے؟ تو آپ نے جواب دیا کہ میں خضر ہوں۔ اس دعا کی برکت سے تمام مشکلات دور ہو جاتی ہیں۔ قیدی قید سے رہا ہو جاتے ہیں۔ ہر مشکل مصیبت کے وقت یہ دعا پڑھنی چاہیے اس کے علاوہ دنیا کی ہر مشکل چاہے اس کا تعلق رب کائنات سے ہو یا انسان سے ہو۔ جادو، جنات، بندش، ٹونہ اور نظر بد اس دعا کے سامنے کوئی حیثیت نہیں رکھتے۔ جتنی کثرت اور زاری سے یہ دعا پڑھی جائے گی تو انسان ہر مشکل کی قید سے نجات پائے گا۔ دعا یہ ہے:

"اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ یَا مَنْ لَا تَرَاہُ الْعُیُوْنُ لَا تُخَالِطُہُ الظُّنُوْنُ وَلَا تَصِفُہُ الْوَاصِفُوْنَ وَلَا تُغَیِّرُہُ الْحَوَادِثُ وَلَا الدُّھُوْرُ تَعْلَمُ مَثَاقِیْلَ الْجِبَالِ وَمَکَایِیْلَ الْبِحَارِ وَعَدَدَ قَطْرِ الْاَمْطَارِ وَعَدَدَ وَرَقِ الْاَشْجَارِ وَعَدَدَ مَا یُظْلِمُ عَلَیْہِ اللَّیْلُ وَیُشْرِقُ عَلَیْہِ النَّھَارُ وَلَا تُوَارِیْ مِنْہُ سَمَاءٌ وَلَا اَرْضٌ اَرْضًا وَلَا جَبَلٌ اِلَّا وَیَعْلَمُ مَا فِیْ وَعْرِہٖ اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ اَنْ تَجْعَلَ خَیْرَ عَمَلِیْ خَوَاتِیْمَہٗ وَخَیْرَ اَیَّامِیْ یَوْمَ اَلْقَاکَ اِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ. اَللّٰھُمَّ مَنْ عَادَانِیْ فَعَادِہٖ وَمَنْ کَادَنِیْ فَکِدْہُ وَمَنْ بَغٰی عَلَیَّ فَاَھْلِکْہُ وَمَنْ نَصَبَ لِیْ فَخُذْہُ وَاَطْفِ عَنِّیْ نَارَ مَنْ اَشَبَّ اِلَیَّ نَارَہٗ وَاکْفِنِیْ ھَمَّ مَنْ اَدْخَلَ عَلَیَّ ھَمَّہٗ وَاَدْخِلْنِیْ فِیْ دِرْعِکَ الْحَصِیْنِ وَاسْتُرْنِیْ بِسِتْرِکَ الْوَاقِیْ یَا مَنْ یَکْفِیْ مِنْ کُلِّ شَیْءٍ وَلَا یَکْفِیْ مِنْہُ شَیْءٌ. اِکْفِنِیْ مَا اَھَمَّنِیْ مِنْ اَمْرِ الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَۃِ وَصَدِّقْ لِیْ قَوْلِیْ وَفِعْلِیْ بِالتَّحْقِیْقِ وَفَرِّجْ عَنِّیْ کُلَّ ضِیْقٍ وَلَا تُحَمِّلْنِیْ مَالَا اُطِیْقُ اَنْتَ اِلٰھِیْ اَنْتَ الْحَقُّ الْحَقِیْقُ یَا ظَاھِرَ الْبُرْھَانِ یَا قَوِیَّ الْاَرْکَانِ یَا مَنْ رَحْمَتُہٗ فِیْ کُلِّ مَکَانٍ یَا مَنْ لَا یَخْلُوْ مِنْہُ مَکَانٌ وَلَا یَخْتَصُّ مِنْہُ مَکَانٌ اَحْرِسْنِیْ بِعَیْنِکَ الَّتِیْ لَا تَنَامُ وَاکْنُفْنِیْ بِرُکْنِکَ الَّذِیْ لَا یُرَامُ. اَللّٰھُمَّ اِنَّہٗ قَدْ تَیَقَّنَ قَلْبِیْ اِنَّہٗ لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ وَاِنِّیْ لَا اَھْلِکُ وَاَنْتَ مَعِیَ وَیَا رَجَائِیْ فَارْحَمْنِیْ بِقُدْرَتِکَ عَلَیَّ یَا عَظِیْمًا یُرْجٰی لِکُلِّ عَظِیْمٍ یَا حَلِیْمُ یَا عَلِیْمُ اَنْتَ بِحَاجَتِیْ عَلِیْمٌ وَعَلٰی خَلَاصِیْ قَدِیْرٌ وَھُوَ عَلَیْکَ سَھْلٌ یَسِیْرٌ یَا اَکْرَمَ الْاَکْرَمِیْنَ یَا اَجْوَدَ الْاَجْوَدِیْنَ وَیَا اَسْرَعَ الْحَاسِبِیْنَ یَا رَبَّ الْعَالَمِیْنَ ارْحَمْنِیْ وَاغْفِرْ لِیْ وَلِوَالِدَیَّ وَلِلْمُؤْمِنِیْنَ اِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ وَصَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ اَجْمَعِیْنَ ○

ادائیگی قرض:۔ ادائیگی قرض کے لیے یہ دعا جمعہ کے دن پڑھنی چاہیے۔ **"اَللّٰھُمَّ اکْفِنِیْ بِحَلَالِکَ عَنْ حَرَامِکَ وَاَغْنِنِیْ بِفَضْلِکَ عَمَّنْ سِوَاکَ یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ"**

ایضا: یہ دعا خشوع والحاح کے ساتھ پڑھنی چاہیے: **"یَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ لِحُرْمَۃِ وَجْھِکَ الْکَرِیْمِ اِقْضِ عَنِّیْ دَیْنِیْ"**

ایضا: یہ تسبیح کثرت سے پڑھنی چاہیے: **"سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ وَاَسْئَلُہٗ مِنْ فَضْلِہٖ"** حضرت امام جعفر صادقؒ فرماتے ہیں کہ تمام انبیاء سابقین یہ دعا پڑھا کرتے تھے اور اپنے اہل و عیال کو تعلیم کیا کرتے تھے۔ اس کی برکت سے ہر مشکل حل ہوجاتی ہے: **"یَا دَائِمًا لَمْ یَزَلْ یَا اِلٰھِیْ وَاِلٰہَ اٰبَائِیْ یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ اِفْعَلْ بِنَا کَذَا"** (اس جگہ اپنی حاجت کا نام لیں)

حضرت امام زین العابدینؒ نے فرمایا کہ یہ چار تسبیحات باقیات الصالحات ہیں۔ حضور سرور کائنات ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ جو شخص فرض نماز کے بعد یہ تسبیحات 30 مرتبہ پڑھے گا۔ حق تعالیٰ اس کو دشمن کے شر سے اپنی حفاظت میں رکھے گا اور آگ میں جلنے، پانی میں غرق ہونے، کنویں میں گرنے اور تمام درندے، جانوروں اور ہر قسم کی بلیات سے محفوظ رہے گا۔ **"سُبْحَانَ اللّٰہِ، وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ وَلَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَاللّٰہُ اَکْبَرُ"** حضرت امام جعفر صادقؒ سے مروی ہے کہ جو شخص فرض نماز کے بعد 73 مرتبہ یہ دعا پڑھے گا۔ حق تعالیٰ اس کے جان و مال، اولاد اور ہمسایوں کی حفاظت کرے گا۔ دعا یہ ہے۔

"اُعِیْذُ نَفْسِیْ وَدِیْنِیْ وَاَھْلِیْ وَمَالِیْ وَوَلَدِیْ وَاِخْوَانِیْ فِیْ دِیْنِیْ وَمَا رَزَقَنِیْ رَبِّیْ وَخَوَاتِیْمَ عَمَلِیْ وَمَنْ یَعْنِیْنِیْ اَمْرُہٗ بِاللّٰہِ الْاَحَدِ الصَّمَدِ لَمْ یَلِدْ وَلَمْ یُوْلَدْ وَلَمْ یَکُنْ لَّہٗ کُفُوًا اَحَدٌ وَبِرَبِّ الْفَلَقِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ وَمِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِی الْعُقَدِ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ وَبِرَبِّ النَّاسِ مَلِکِ النَّاسِ اِلٰہِ النَّاسِ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ الَّذِیْ یُوَسْوِسُ فِیْ صُدُوْرِ النَّاسِ مِنَ الْجِنَّۃِ وَالنَّاسِ"

حضرت امام جعفر صادقؒ سے مروی ہے کہ جو شخص بعد نمازِ عصر 70 مرتبہ استغفار پڑھے گا حق تعالیٰ اسکے 700 گناہ بخش دے گا۔ حضرت جوادؒ سے روایت ہے کہ جو شخص نمازِ عصر کے بعد 10 مرتبہ سورۃ القدر پڑھے۔ اس کو اس روز کے تمام مخلوق کے نیک اعمال کا ثواب ملے گا۔

حضرت امام جعفر صادقؒ سے مروی ہے کہ جو شخص نمازِ فجر اور مغرب کے بعد 7 مرتبہ **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ○ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ ○** پڑھے گا، اللہ تعالیٰ 70 بلاؤں کو دور کردے گا۔ ریاح، برص، دیوانگی جیسے امراض دور ہو جائیں گے اور اس کا نام نیک بختوں کے دیوان میں لکھا جائے گا۔

آپ کا خواب اور تعبیر

مالی خوشحالی کا اشارہ

خواب: میں نے خواب دیکھا کہ حد نظر تک سمندر کا صاف وشفاف پانی ہے اور سمندر کے کنارے مٹی کا ٹیلہ ہے۔ یہ زیادہ اونچا نہیں ہے۔ میں اس پر بیٹھا ہوا ہوں اور مچھلی کی ڈور سے مچھلی پکڑ رہا ہوں اور لطف اندوز ہو رہا ہوں۔ تقریباً میں نے 4 مچھلیاں شکار کی ہیں۔ (سید انجم علی۔ کراچی)

تعبیر: آپ کے حق میں یہ خواب بہت مبارک ہے اور آپ کی مالی خوشحالی کا اشارہ ہے اگرچہ اس مال کے حصول میں ذرا مشکلات پیش آئیں گی اور کبھی کبھار مال کی زیادتی سے کوفت اور اذیت آسکتی ہے مگر کوئی پریشان کن کیفیت نہیں ہوگی۔ اللہ آپ کو حفظ وامان میں رکھے۔ آمین۔

دو عیب

خواب: میں نے خواب میں اس شخص کو دیکھا ہے جسے میں پسند کرتی ہوں کہ ایک خوبصورت سا کمرہ ہے۔ میرے ساتھ ایک نرم طبیعت خاتون بیٹھی ہے۔ میں انہیں اس کی امی سمجھتی ہوں۔ جب ہم اس کمرے میں داخل ہوتے ہیں تو کونے میں ایک شخص زخمی پڑا ہوتا ہے۔ ہم اسے فوراً اٹھاتے ہیں اور ڈاکٹر کے پاس لے جاتے ہیں ہم دونوں (میں اور خاتون) چھت پر جاتے ہیں تو ایک بلی (جسے وہ خاتون "مکڑی" کہتی ہیں) بچوں کے ساتھ بیٹھی ہے۔ میں پتہ نہیں اس کے بچے کو مار دیتی ہوں کہ نہیں مگر وہ بلی (مکڑی) مجھ پر حملہ کرتی ہے۔ تو وہ شفیق خاتون میری ڈھال بن جاتی ہے اور بلی سے مجھے چھڑاتی ہے۔ پھر میں نے دیکھا کہ میں خود ہی دلہن بن رہی ہوں اور مذکورہ خاتون بے تحاشہ خوش ہو رہی ہیں۔ بار بار میری نظر اتارتی ہیں خواب میں ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میری شادی ان کے بیٹے سے ہو رہی ہے یہ خواب کچھ عجیب ہے۔ براہ مہربانی جواب جلد دیجئے گا۔ (نورین۔ بدین)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق یہ شخص شروع میں اچھا شوہر ثابت نہیں ہوگا بلکہ اس میں دو عیب ہوں گے۔ ایک یہ کہ آپ کو مکمل تحفظ وعزت دینے کی صلاحیت نہیں رکھے گا دوسرے یہ کہ گھر کے مال واسباب پر امین نہیں ہوگا بلکہ بے جا ضائع کرے گا جس کی خاندان کے اور لوگوں کو خبر بھی نہ ہوگی لیکن اس سب کے باوجود اس کی والدہ محترمہ کی توجہ وبرکت سے شاید اس کی کچھ اصلاح کی امید ہے اور آپ کے لیے ذریعہ خوشی بن جائے بہر کیف سوچ سمجھ کر فیصلہ کیجئے۔ اللہ اپنی حفظ وامان میں رکھے۔ واللہ اعلم

دادا غلطی پر ہیں

خواب: میں نے خواب دیکھا کہ میرے دادا نے ایک کمرے میں ایک آدمی اور میری امی کو اندر کر کے دروازہ بند کر دیا۔ پھر میری امی کو چھری سے قتل کر دیا۔ پھر دادا ہم سب بہن بھائیوں کے پیچھے بھاگ رہے ہیں اور آپ کو ایک بات بتاتی چلوں کہ دادا سے ہمارے اختلافات ہیں۔ (ماریہ۔ کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے دادا قصور وار ہیں۔ وہ غلطی پر ہیں۔ اگر وہ اسی طرح بضد رہے تو ظالموں میں ان کا شمار ہوگا۔ اس لیے انہیں چاہئے کہ نہایت سوچ سمجھ کر خوف خدا کو سامنے رکھ کر معاملات حل کریں۔

زیادہ عمر

خواب: میری امی جب بھی کہیں رشتہ داروں میں ہوتی ہیں ان کے جوتے گم ہو جاتے ہیں۔ جمعہ کی شب انہوں نے پھر دیکھا کہ کسی کی شادی میں گئی ہیں۔ وہاں ان کے جوتے گم ہو جاتے ہیں۔ وہ جوتے ڈھونڈتی رہتی ہیں کہ آنکھ کھل جاتی ہے۔ (شمیم اختر۔ واہ کینٹ)

تعبیر: آپ کی امی کے حق میں یہ خواب اچھا نہیں ہے بلکہ ان کا اللہ کے ساتھ تعلق کمزور ہونے کی علامت ہے۔ نیز یہ بھی اشارہ ہے کہ ان کی عمر آپ کے والد محترم سے زیادہ ہوگی۔

کالا سانپ

خواب: میں نے دیکھا کہ ایک کالے رنگ کا سانپ میرے دائیں پاؤں پر پنجوں کی طرف سے چڑھ رہا ہے۔ لیکن وہ مجھے کاٹتا نہیں۔ وہ میری طرف بڑھتا ہے اور میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (غلام عباس۔ کراچی)

تعبیر: آپ کا دشمن آپ کا تابعدار ہو جائے گا۔ آپ کو نقصان نہیں پہنچے گا۔ آپ دو رکعات نفل نماز شکرانے کے طور پر پڑھیں۔

آسیب کا علاج

خواب: میں نے دیکھا کہ میں کہیں جا رہی ہوں میرے پیچھے نامعلوم دشمن لگتے ہیں۔ وہ مجھے مارنا چاہتے ہیں۔ میں ڈرتی ہوں، بھاگتی ہوں۔ سارے وقت بھاگتی رہتی ہوں، یہ خواب میں اکثر دیکھتی ہوں۔ (عاصمہ۔ سیالکوٹ)

تعبیر: آپ کو آسیب پریشان کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ اس لیے آپ ایک چھری پر ایک دفعہ سورۃ فاتحہ، پانچ دفعہ آیت الکرسی، پانچ دفعہ سورۃ فلق اور سورۃ الناس پڑھ کر دم کر کے اپنے تکیے کے نیچے رکھ کر سویا کریں۔ نیز پورے بدن پر پھونک بھی مارلیا کریں۔ ان شاء اللہ کبھی کوئی پریشانی نہ ہوگی۔

پاکدامنی کی حالت

خواب: میں نے خواب دیکھا کہ میری منگیتر کے گھر میرے گھر والے گئے ہوئے ہیں۔ شادی کی بات ہو رہی ہے پھر دیکھتا ہوں شادی ہوگئی۔ دلہن میری خالہ کی لڑکی ہے حالانکہ میری منگنی میرے ماموں کی لڑکی سے ہوئی ہے۔ دلہن جو میری خالہ کی لڑکی ہے۔ حقیقت میں اس کی شادی ہو چکی اور اس کا شوہر ملک سے باہر ہے۔ (شفیق خان۔ ہارون آباد)

تعبیر: اس طرف اشارہ ہے کہ آپ ذرا ہمت کریں ایک اچھے انسان اور معاشرے کے بہترین فرد بن سکتے ہیں۔ نیز آپ کو پاکدامنی کی دولت نصیب ہو سکتی ہے۔ آپ نے ایک شادی شدہ عورت کو ایک کنوارے پن کی حالت میں دیکھا ہے۔

احتیاط برتیں

خواب میں دیکھتا ہوں کہ ایک جگہ سے گزر رہا ہوں۔ میرے قریب سے ایک کتا گزرتا ہے۔ پہلے تو وہ کچھ نہیں کہتا لیکن تھوڑی دیر بعد جب ہم دونوں کا سفر مخالف سمت کی طرف ہوتا ہے تو وہ پلٹ کر حملہ کر دیتا ہے۔ لیکن میں فوراً لحاف اوڑھ لیتا ہوں اور اس کے حملے سے بچ جاتا ہوں۔ جب لحاف سے دوبارہ منہ نکالتا ہوں تو کتا غائب ہو جاتا ہے۔ (علی رضا)

تعبیر: آپ کے دشمن ایسے لوگ ہیں جن کو آپ اپنا دشمن نہیں سمجھتے۔ ان کی طرف سے ہرگز خوف زدہ نہ ہوں۔ وہ آپ کے دوستوں کے حلقے میں سے ہیں۔ ان کے ساتھ بد گمانی یا بدزبانی نہ کریں۔ اللہ آپ کی حفاظت کرتا رہے گا۔

قرآن کی منزل سے یقینی حفاظت

علامہ بونی ؒ فرماتے ہیں کہ ان آیات کا شرف مشہور ہے اور فضیلت کا چرچا ہے، اس کا انکار کوئی بے وقوف ہی کرسکتا ہے۔ یہ آیات مشائخ اولیاء کے تجربہ اور عمل میں رہی ہیں۔ ان کا راز وہی پاسکتا ہے جس کا علم میں قدم راسخ ہو ہم نے خود ان کا تجربہ کیا ہے۔

(شیخ عبدالجلیل احمد۔ ملتان)

شیخ کمال الدین دمیری نقل کرتے ہیں کہ ہمیں قاضی القضاۃ حضرت عزیز الدین بن جماعہ ؒ نے بیان کیا ان کو خطیب دمشق ابوالعباس احمد ابن ابراہیم الفزاری ؒ نے، ان کو شیخ زین الدین ابوالبقاء خالد بن یوسف نابلسی ؒ نے، ان کو محدث امام ابن عساکر ؒ نے اپنی سند سے حضرت امام محمد بن سیرین جلیل القدر تابعی ؒ سے کہ ہم نہر تیرا پر اترے تو اس جگہ کے لوگ ہمارے پاس آئے اور بتایا کہ یہاں سے چلے جاؤ کیونکہ جو لوگ بھی یہاں اترے ہیں اور یہاں پڑاؤ ڈالتے ہیں۔ ان کا مال ومتاع چھین لیا جاتا ہے۔ یہ سن کر میرے رفقائے سفر چلے گئے۔ میں تنہا رہ گیا۔ جب شام ہوئی تو میں نے کچھ آیات کی تلاوت کی۔ ابھی وہ آیات تمام نہ ہوئی تھیں کہ میں نے کچھ لوگ دیکھے جو میری طرف آرہے تھے۔ ان کی تعداد تیس سے زائد تھی اور انہوں نے اپنی تلواریں ننگی کر رکھی تھیں لیکن مجھ تک رسائی نہ پاسکے۔ جب صبح ہوئی تو میں نے جانے کی تیاری کی۔ ایک بوڑھا شخص گھوڑے پر سوار ہو کر میرے پاس آیا۔ اس کے پاس عربی کمان بھی تھی، اس نے مجھ سے کہا کہ تم انسان ہو یا جن؟ میں نے کہا میں انسان ہوں۔ کہا تم میں کیا خاص بات ہے؟ ہم گزشتہ رات تمہارے پاس ستر سے زائد مرتبہ حملہ کیلئے آئے مگر ہر مرتبہ ہمارے اور تمہارے درمیان لوہے کی ایک دیوار حائل ہوجاتی تھی۔ میں نے کہا کہ مجھے حضرت ابن عمر ؓ نے حدیث بیان کی انہوں نے حضور ﷺ سے نقل کیا کہ جو شخص قرآنی منزل (جو کہ ۳۳ آیات پر مشتمل ہے اور ہر کتب خانے سے مل جاتی ہے) رات کو تلاوت کرے گا نہ تو اس کو کوئی چور نقصان پہنچا سکے گا اور نہ کوئی درندہ۔ اس کے جسم میں بھی صحت وسلامتی رکھ دی جائے گی۔ اس کے اہل ومال میں بھی حتیٰ کہ صبح ہوجائے۔ تو وہ بوڑھا اپنے گھوڑے سے اتر آیا اور اپنی کمان توڑ دی اور اللہ تعالیٰ سے سچا عہد کیا کہ وہ یہ گھناؤنا کام پھر کبھی نہیں کرے گا۔ امام محمد بن سیرین ؒ فرماتے ہیں کہ میں نے یہ واقعہ حضرت شعیب بن حرب سے ذکر کیا تو انہوں نے فرمایا کہ ہم ان آیات کو آیات حرز کا نام دیتے ہیں۔ ان آیات میں سو بیماریوں کی شفا ہے۔ ان میں سے ایک کوڑھ بھی ہے۔ حضرت محمد بن علی ؒ فرماتے ہیں کہ میں نے ان آیات کو اپنے ایک فالج زدہ شیخ پر پڑھا تو اللہ تعالیٰ نے ان سے فالج کو دور کردیا۔ علامہ بونی ؒ فرماتے ہیں کہ ان آیات کا شرف مشہور ہے اور فضیلت کا چرچا ہے، اس کا انکار کوئی بے وقوف ہی کرسکتا ہے۔ یہ آیات مشائخ اولیاء کے تجربہ اور عمل میں رہی ہیں۔ ان کا راز وہی پاسکتا ہے جس کا علم میں قدم راسخ ہو ہم نے خود ان کا تجربہ کیا ہے۔ (حیاۃ الحیوان، المستطرف ۲۸۲،۲۸۱/۲)

حضرت علی ؓ کے نزدیک قبولیت دعا کا طریقہ:

حضرت علی کرم اللہ وجہہ فرماتے ہیں جب تو اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کے ساتھ دعا کرنا چاہے تو سورۃ حدید کی ابتدائی چھ آیات اور سورۃ حشر کی آخری چھ آیات کو پڑھ پھر جب تو ان کی تلاوت سے فارغ ہو تو یوں دعا کر کہ اے وہ ذات جو ان صفات کی مالک ہے میرا یہ کام (مطلوبہ کام) کردے، خدا کی قسم اگر کوئی بدبخت بھی اس طریقہ سے دعا کرے گا تو وہ بھی سعادت مند ہوجائے گا۔

(بقیہ: قید سے رہائی)

عَلٰی جَبَلٍ...... الخ (سورۂ حشر کا آخری رکوع) پڑھ کر دم کرے اور کھلا دے۔ ان شاء اللہ اُس کے بھاگنے کی عادت جاتی رہے گی۔

6)...... اگر کوئی لونڈی غلام یا کوئی اور عزیز یا جانور بھاگ گیا ہو۔ مفرور ہو۔ کوئی پتہ نہ ملتا ہو تو ہر روز صبح کے وقت اول وآخر درود شریف گیارہ گیارہ مرتبہ اور سورۂ یوسف کی جتنی دفعہ تلاوت کرسکتے ہو کرو۔ ان شاء اللہ بھاگا ہوا یا گم شدہ واپس آجائے گا۔

بحوالہ ”کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات“ مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں)

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

حضرت آپ نے مجھے فرمایا تھا جو مجھے محسوس ہو یا میرے ساتھ اچھا ہو وہ میں لکھوں لہٰذا مجھے جو یاد ہے وہ مختصر لکھ رہی ہوں۔ (1) ایک مخصوص خوشبو مجھے اکثر محسوس ہوتی ہے اگر میں اعمال کی باقاعدگی اور پابندی رکھوں۔ بعض اوقات یہ خوشبو دوسروں کو بھی محسوس ہوتی ہے۔ اکثر اوقات یہ عصر کے بعد سے شروع ہوتی ہے اور رات تک رہتی ہے۔ (2) اکثر کچن میں میرے چھوٹے موٹے کام غیر محسوس طریقے سے ہوئے ہوتے ہیں۔ جیسے کوئی چیز نہ مل رہی ہو تو تھوڑی دیر بعد وہ ٹیبل پر خود بخود موجود ہوتی ہے۔ بعض اوقات کھانا بناتے ہوئے میرے پیاز خود بخود چھلے ہوئے ہوتے ہیں۔ ایسا تین چار دفعہ ہوچکا ہے۔ (3) کچھ عرصہ پہلے مجھے اکثر آسمان پر کبھی ”اللہ“ اور کبھی ”محمد“ لکھا نظر آتا ہے۔ بعض دفعہ میں نے آصف کو بھی دکھایا ہے۔ شروع میں واضح نہیں ہوتا مگر چند لمحوں بعد بہت واضح ہوجاتا ہے۔ ایسا رات کو 12 بجے کے بعد ہوتا ہے۔ جب میں عشاء پڑھ کر تسبیح کررہی ہوتی ہوں۔

(4) مجھے خواب میں رسول اللہ ﷺ کی بشارت ہوئی مگر مجھ میں اتنی ہمت نہیں تھی کہ آپ ﷺ کا چہرہ مبارک دیکھ سکوں مگر میں آپ ﷺ کے پیچھے چل رہی تھی، دو لڑکیاں آپ ﷺ کے ساتھ تھیں جن کی عمریں اندازاً 13 یا 12 سال تھیں، ایک کے ہاتھ میں طشتری میں چھوٹے سفید رس گلے اور دوسری کے ہاتھ میں پھول ہیں اور وہ خوشی سے نغمے گارہی تھیں۔ مجھے آپ ﷺ کے سفید کپڑے، سفید ہاتھ ہلکی سرخی مائل نظر آرہے تھے۔ کچھ عرصہ پہلے ایک رات چاند میں نقشِ پا نظر آیا تھا۔ میری امی مجھے فون کرتی رہیں مگر فون خراب تھا میں زیارت نہ کرسکی۔ اس دن صبح جب مجھے پتا چلا تو میں بہت روئی کہ اللہ میاں میں بہت گناہ گار ہوں آپ نے مجھے اس قابل نہیں سمجھا کہ میں وہ دیکھ سکوں۔ حضرت اگلے دن مجھے چاند میں محمد ﷺ لکھا نظر آتا رہا جو میں نے آصف کو بھی دکھایا۔ میں اس قابل نہیں ہوں مگر اللہ تعالیٰ کا مجھ پر بہت کرم ہے اور آپ کی دعا ہے مجھے اس سب سے خوشی کے ساتھ خوف بھی آتا ہے کیا میں اس قابل ہوں؟ کیا میں اس قابل بن سکوں گی؟ (بقیہ صفحہ نمبر 30 پر دیکھیں)

خود اعتمادی، قوت ارادی اور یوگا

ہر واقعہ کو تصویری شکل میں اپنے ذہن میں دہرائیں۔اس بات پر اس لیے زور دیا گیا ہے کہ لاشعور اپنا اظہار ''تصویر'' کی صورت میں کرتا ہے اس لیے تصویری شکل میں مشق کرنے سے آپ اپنے ''لاشعور'' کی صلاحیتوں پر دسترس حاصل کر سکتے ہیں۔

(سید نور عالم شاہ۔شو کی شریف)

جدید دور کی سب سے بڑی اور عام ذہنی بیماری Mind Wandering ہے۔اس کیفیت میں ذہن اِدھر اُدھر کے بیکار خیالات میں بھٹکتا رہتا ہے۔انسان کسی کام کو مکمل توجہ اور یکسوئی سے سرانجام نہیں دے سکتا۔اس طرح اس کا ہر کام ادھورا اور نامکمل رہ جاتا ہے اور انسان ذہنی طور پہ مزید پریشان ہو جاتا ہے۔وہ خود اعتمادی سے محروم ہو جاتا ہے اور اس کی ''قوت ارادی'' کمزور سے کمزور ہو جاتی ہے۔پھر وہ ہر کام سے فرار کا راستہ اختیار کرتا ہے۔معمولی کام بھی اس کے لیے بوجھ اور پہاڑ بن جاتا ہے۔ایک کام کا سوچتا ہے تو سو کام یاد آجاتے ہیں۔ذہنی انتشار جب بہت بڑھ جاتا ہے تو اس کے خیالات میں ''منفی'' سوچ غلبہ پالیتی ہے اور اپنی ناکامیوں کے بارے میں کبھی تقدیر کو بُرا بھلا کہتا ہے اور کبھی اردگرد کے ماحول اور لوگوں کو الزام دیتا ہے۔غرض اس بیماری کے ہاتھوں انسان طرح طرح کی ذہنی پریشانیوں کا شکار ہونے لگتا ہے۔جس سے اسکی ذاتی اور کاروباری زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔Mind Wandering سے چھٹکارا پانے کے لیے ایک آسان مشق تجویز کی جارہی ہے۔اس سے آپ کو ذہنی یکسوئی یا توجہ ''Concentration'' حاصل ہو جائے گی۔اس ذہنی طاقت کو آپ روزمرہ کے چھوٹے بڑے کاموں میں استعمال کر کے حیرت انگیز نتائج حاصل کر سکتے ہیں اس سے آپ ایک کامیاب بزنس مین یا انسان بن سکتے ہیں۔طالب علموں کے لیے تو یہ مشق بہت ضروری ہے۔وہ اپنی یادداشت اور حافظہ بہتر بنا کر اپنے تعلیمی ریکارڈ میں حیرت انگیز بہتری پیدا کر سکتے ہیں۔اس مشق کا طریقہ یہ ہے کہ رات کو سونے سے پہلے آرام سے لیٹ جائیں اور آنکھیں بند کر کے صبح سے اب تک آپ نے جو کام کئے ہیں، جہاں جہاں گئے، جو کچھ سنا ہے یا جو کچھ دیکھا ہے اسے ترتیب کے ساتھ درجہ بدرجہ قدم بقدم یاد کریں۔صبح سے لے کر بستر پر لیٹنے تک واقعات کا ایک سلسلہ پھیلا ہوا ہے۔جس طرح تسبیح کے دانے ایک دوسرے کے ساتھ جڑے ہوئے ہیں اسی طرح صبح سے شام تک کے روزمرہ زندگی کے واقعات کو اپنی ''ذہن کی آنکھ'' سے دیکھیں۔یعنی ہر واقعہ کو مکمل تفصیل کے ساتھ تصویری شکل میں اپنے ذہن میں دہرائیں۔اس مشق کے دوران ذہن جب بھی واقعات کی ترتیب سے ادھر ادھر ہٹ جائے گا تو آپ فوراً ذہن کو سیدھے راستے پر لے آئیں۔چونکہ آپ نے ہر کام حقیقی طور پر خود کیا ہوا ہے اس لیے آپ کا بھٹکا ہوا ذہن واپس آسانی سے اس جگہ پر آجائے گا جہاں سے وہ ہٹ گیا تھا۔آپ نے صرف اتنا کرنا ہے کہ صبح سے شام کے واقعات کو ترتیب کے ساتھ یاد کرنا ہے۔لہٰذا ادھر اُدھر بھٹکنے سے ذہن پر کوئی بوجھ یا دباؤ نہیں ہوگا۔ایک ہفتہ کی مشق سے ہی آپ کو اندازہ ہو جائے گا کہ ذہن کی اِدھر اُدھر بھٹکنے کی عادت ختم ہو رہی ہے۔ذہنی یکسوئی بیدار ہو رہی ہے۔خیالات نے خود بخود ترتیب اور نظم وضبط اختیار کرنا شروع کر دیا ہے۔اس کا ثبوت آپ کو اپنی روزانہ کی زندگی کے واقعات سے ملنے لگے گا۔جب بھی آپ کہیں کسی گفتگو یا بحث میں حصہ لیں گے تو جیسے ہی گفتگو یا بحث اپنے اصل موضوع سے ہٹ جائے گی تو آپ کا ذہن فوراً اس چیز کو نوٹ کرے گا اور آپ دوسرے لوگوں کو بھی درست سمت میں دیکھیں گے۔یہ ایک بے ضرر ذہنی مشق ہے اور بلاشبہ ذہن کی تربیت اور یکسوئی کا بہترین ذریعہ ہے۔اس عمل کو ایک دفعہ شروع کیا جائے تو بہتر یہ ہے کہ ہمیشہ کے لیے جاری رکھا جائے۔اس طرح آپ کو مزید ذہنی اور نفسیاتی فوائد حاصل ہوں گے۔مثلاً ہم اپنی ذاتی زندگی اور کاروباری معاملات کے علاوہ زندگی کے ہر مسئلے کو مختلف طریقوں سے دیکھ سکتے ہیں۔جس سے ذہن میں وسعت، کشادگی اور پختگی پیدا ہوتی ہے۔اس مشق کے دوران نیند طاری ہوسکتی ہے لہٰذا کوشش کریں کہ زیادہ سے زیادہ دیر تک جاگ کر اس مشق کو مکمل کریں تاکہ مکمل فوائد حاصل ہوں۔تاہم اگر نیند آجائے تو پرواہ نہ کریں۔اس مشق کے بارے میں سب سے اہم بات یہ ہے کہ ہر واقعہ کو تصویری شکل میں اپنے ذہن میں دہرائیں۔اس بات پر اس لیے زور دیا گیا ہے کہ لاشعور اپنا اظہار ''تصویر'' کی صورت میں کرتا ہے اس لیے تصویری شکل میں مشق کرنے سے آپ اپنے ''لاشعور'' کی صلاحیتوں پر دسترس حاصل کر سکتے ہیں۔یہی وجہ تھی کہ آئن سٹائن نے کہا تھا کہ تصور (Visulization) علم سے بہتر ہے۔یہ تو سب کو معلوم ہے اس نے اپنا نظریہ اضافیت "Theory of Relativity" صرف اور صرف ''تصور'' کے زور پر دریافت کیا تھا۔اس کے علاوہ اس مشق سے آپ کی تصویری یا دداشت یعنی فوٹو گرافک میموری بحال ہو جاتی ہے۔یہ صرف اور صرف انسانی خاصیت ہے۔یہ صلاحیت بچوں میں بہت نمایاں ہوتی ہے کیونکہ بچے ''زبان'' بہت بعد میں سیکھتے ہیں جبکہ وہ اپنے والدین گھر کے ماحول اور باقی چیزوں کو صرف تصویری صورت میں پہنچانتے ہیں لیکن جب بچے زبان بولنا شروع کرتے ہیں تو پھر ان کی یہ صلاحیت آہستہ آہستہ کمزور ہو جاتی ہے لہٰذا ان کی یادداشت'' الفاظ '' تک محدود ہونے لگتی ہے۔یہی وجہ ہے کہ یہ بچے بڑے ہو کر طالب علم بنتے ہیں تو ''رٹا'' یا '' گھوٹا '' لگا کر سبق یاد کرتے ہیں۔جسے انگریزی میں Rotelearing کہتے ہیں اور اس طرح ہمارے نوجوان تخلیقی صلاحیت سے محروم ہو کر بے کار ہو جاتے ہیں۔بلکہ طالب علموں کی بہت سی ذہنی پریشانیوں کی بنیاد بھی یہی غلط طریقہ کار ہے۔تحلیل نفسی (Psycho-Analysis) میں بھی تصوراتی طریقہ کار کی بہت اہمیت ہے۔اس سلسلہ میں خواب کی تعبیر اور ''Dreaman Analysis'' سے مدد لی جاتی ہے کیونکہ اس طرح لاشعور میں براہ راست جھانکا جا سکتا ہے۔مختصراً عرض ہے کہ جس طرح جسمانی صحت اور فٹنس کے لیے تیز چلنا، تیرنا اور گھڑسواری سادہ ترین مشقیں ہیں اسی طرح ذہنی چستی اور فٹنس کے لیے اوپر بیان کردہ مشق بھی ہے جو بڑی سادہ مگر نتائج کے اعتبار سے حیرت انگیز ہے۔

میاں بیوی کے اچھے تعلقات کے لیے

حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے مجھے بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ کے ساتھ یَا حَکِیْمُ، یَا حَنَّانُ، یَا عَزِیْزُ کا وظیفہ دیا تھا۔میاں بیوی کے اچھے تعلقات کے لیے تو میرا سوالاکھ پورا ہو گیا تھا آپ کے پاس دوبارہ آنا نہ ہوا تو میں نے دوسری مرتبہ پھر شروع کر دیا ہے۔ویسے تو اللہ کا شکر ہے کہ میاں کی طبیعت میں کافی نرمی ہے۔لیکن میرے دو سوتیلے بیٹے ہیں۔ان کو کسی بات سے منع نہیں کرتے چاہے جو مرضی میرے ساتھ سلوک کریں۔ان پر زبان نہیں کھلتی۔یہ میرا مسئلہ بھی حل ہو جائے تو دعائیں دوں گی اور دو انمول خزانے پڑھنے سے میرے میاں کو بہت اچھی ملازمت بھی مل گئی ہے۔ (مرسلہ: نوشینہ)

کان درد کا آسان علاج: روغن گل اور سرکہ برابر مقدار میں پکا کر کانوں میں ڈالیں۔کان کا درد فوری دور ہو جائے گا۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

قارئین آپ بھی بخل شکنی کریں۔اپنے روحانی اور طبی مشاہدات لکھیں نیز عبقری کے آزمائے ہوئے تجربات سے قارئین کو ضرور مستفید کریں اور لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

(تحریر: محمد رفیق، حیدرآباد)

قبض کا آسان اور مجرب نسخہ: یہ نسخہ میں نے قبض کیلئے بہت زیادہ بنایا ہے۔کالی ہریڑ دیسی گھی میں براؤن کرلیں۔اس کے بعد اس کو پیس لیں۔کالی ہریڑ اگر ایک پاؤ ہو تو ایک تولہ نمک شیشہ پیس کر ملا لیں۔کھانا کھانے کے بعد 1/2 چمچ پانی کے ہمراہ قبض، گیس کے لیے۔خود اپنے لیے بھی بنایا اور بے شمار لوگوں کو بھی بنا کر دیا۔سب کو اس سے فائدہ ہوا ہے۔

شوگر کے لیے آزمایا ہوا طریقہ: مرکی، لوبان، اندر جو تلخ، چرائتہ، مصبر، کلونجی، ہینگ اصلی، ہم وزن کوٹ پیس کر ڈبل زیرو کے کیپسول بھرلیں۔پہلے 3 دن 2 کیپسول دن میں 3 بار استعمال کریں اگر قبض ہوگی تو قبض ٹوٹ جائے گی اور دوائی کھانے سے اگر موشن لگ جائیں تو دوائی بند نہ کریں بلکہ کیپسول 2 کی بجائے ایک کردیں۔3 دن کے بعد ایک صبح ایک رات کو دودھ کے ہمراہ کیپسول کھائیں۔مکمل کورس 4 ماہ کا ہے۔

پرہیز: آلو، چاول، بادی، کھٹی چیزوں سے مستقل پرہیز رکھیں۔اگر انسولین استعمال کررہے ہیں تو فوراً بند نہ کریں، آہستہ آہستہ ختم کریں۔قوت باہ، نظر کی کمزوری، اعصابی کمزوری، جسمانی تھکان، جوڑوں کے درد، ہاتھ پاؤں میں جلن شوگر کی وجہ سے ہو تو یہ دوائی ان امراض میں بھی بہت زیادہ فائدہ مند ثابت ہوئی ہے۔

یہ نسخہ میں 14 سال سے شوگر کے مریضوں کو استعمال کرا رہا ہوں۔بے شمار مریضوں نے اس نسخہ کو استعمال کیا اور اب تک کر رہے ہیں اور بہت زیادہ فائدہ اٹھا رہے ہیں۔

قوت باہ کے لیے مجرب: پارہ، قلعی، تانبہ برادہ، ہر ایک تولہ تولہ، ڈوڈھی دھتورہ ایک کلو کوٹ کر آدھا اوپر اور آدھا نیچے نغدہ دے کر گل حکمت کریں۔مٹی کے کوزے میں دو بوری آگ دیں۔آگ دینے سے پہلے قلعی کو گرم کر کے تانبہ اور پارہ چھوڑ دیں، ڈلی بن جائے گی، نغدہ میں گل حکمت ٹھنڈا ہو کر پھر نکال کر کھرل کردیا ایک چاول مکھن ایک بار، 20-25 دن کے بعد فائدہ ہوتا ہے۔قوت باہ، جسمانی کمزوری، ہر وقت تھکن، کمر کے درد کے لیے خود استعمال کیا بہت زیادہ فائدہ ہوا۔

قوت، طاقت کے لیے ایک تحفہ: عقرقرحا، تخم املی خورد، سنگھاڑہ، موصلی سفید، موصلی سیاہ، مصری ہر ایک ہم وزن کوٹ پیس کر سفوف بنائیں، ایک چمچ چائے والا صبح و شام دودھ کے ہمراہ کھانا کھانے کے دو گھنٹے بعد یا کھانا کھانے سے ایک گھنٹہ پہلے کھائیں۔یہ نسخہ مجھے جریان کے لیے ایک بوڑھے الیکٹریشن نے بتایا تھا۔میرا ایک دوست بہت پریشان رہتا تھا۔جب بھی مجھ سے ملاقات ہوتی تو اس کے چہرے سے پریشانی کے اثرات نمایاں ہوتے تھے۔آخرکار ایک دن اس نے مجھے اپنی پریشانی کی وجہ بتائی۔اُسے اصل میں جریان تھا۔میں نے اسے مندرجہ بالا نسخہ استعمال کرایا۔چند دنوں کے بعد وہ مجھے مسکراتا ہوا ملا اور شکریہ ادا کیا۔میرے دوست نے بتایا کہ یہ دوائی مجھے احتلام، قطروں، قوت باہ کے لیے بھی نفع مند ثابت ہوئی ہے۔امساک اور رکاوٹ بھی پیدا کرتی ہے۔30 سے 35 مریضوں کو اس کے علاوہ مندرجہ بالا نسخہ استعمال کرایا اور حیرت انگیز نتائج ملے۔یہ وہ ہیں جن کو بنا کر دیا جن کو لکھ کر دیا وہ بے شمار ہے۔لیکن جس نے بھی اوپر درج کی گئی بیماریوں کے لیے یہ والا نسخہ استعمال کیا انہیں بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے۔

یرقان کے لیے:۔ رس لیموں 3 پاؤ، عرق گلاب 3 پاؤ، مصری 3 پاؤ کو شربت کی طرح تیار کریں، بڑوں کے لیے 2 بڑے چمچ دن میں تین بار، بچوں کے لیے ایک چمچ۔جن کو یرقان ہے ان کو فائدہ ہوگا، جن کو نہیں ہے انہیں کبھی تکلیف نہ ہوگی۔نسخہ لکھ کر بہت سے لوگوں کو دیا ہے، جنہوں نے بنایا انہوں نے بہت تعریف کی ہے۔یہ ایک راز ہے جو کسی بھی شخص نے کبھی کسی کو نہیں بتایا۔

یرقان کا سستا اور آسان علاج:۔ دیسی خرگوش ذبح کر کے دھوئیں نہیں، لاہوری نمک اس کو اچھی طرح لگا کر کھلی ہوا میں رکھیں انہیں صبح گھی میں تل لیں۔(ذبح کر کے صاف کر کے صرف گوشت کو نمک لگانا ہے) تلے ہوئے گوشت کو تھوڑا تھوڑا کر کے سارا دن کھائیں۔اس کے علاوہ نہ پانی پئیں نہ کچھ اور کھائیں، دوسرے دن سے اپنے معمول کی غذا لیں۔کئی لوگوں کو بنوا کر دیا ہے، کھانے کے بعد انہوں نے جب ٹیسٹ کروائے ہیں تو بہترین نتائج ملے۔13 لوگوں پر میں نے خود تجربہ کیا ہے۔ان میں سے سب نے ایک بار ہی خرگوش کے گوشت کو اوپر بتائے ہوئے طریقے کے مطابق کھایا۔میں نے ان سب کو کہا اگر کمی ہو تو پھر کھالینا۔لیکن پہلی بار ہی ٹیسٹ نارمل تھا۔

دمہ سے نجات پائیں:۔ سفیدے کے درخت کی کونپلیں ایک کلو، پانچ کلو پانی میں ہلکی آنچ پر پکا کر اتار لیں۔ڈیڑھ کلو پانی رہ جائے تو چھان کر بوتلوں میں بھرلیں۔15 یوم آدھا کپ چائے والا 3 وقت یہ والا پانی پئیں، کم ہو اور بنالیں، پہلی دفعہ سے دمہ کے مریضوں کو نفع ملا ہے۔50 سے زائد مریضوں کو خود بنا کر دیا ہے اور ان کو فائدہ ہوا ہے۔بے شمار لوگوں کو یہ نسخہ لکھ کر دیا ہے۔

پتھری سے چھٹکارا حاصل کرنا آسان: ایک عدد لیموں کا رس، نچوڑ کر اس کو ہلکا گرم کرلیں۔اس میں اور پانی بالکل نہ ملائیں۔نہار منہ کم از کم 15 یوم تک پلائیں۔میرے سامنے دوکان والے کے گردے میں سخت تکلیف تھی۔اس نے یہ نسخہ بنا کر شروع کیا۔تین دن کے بعد بتایا کہ پیشاب میں باریک باریک ریت نکلنا شروع ہوگئی اس نے مستقل 2 ہفتے استعمال کی۔ایک سال ہوگیا اس کو پھر تکلیف نہیں ہوئی۔250 سے زیادہ مریضوں کو اس سے فائدہ ہوا اور وہ تمام مطمئن ہیں۔

درد گردہ کا مفت میں علاج: میری بھتیجی کے گردے میں 3 دن سے درد تھا۔مجھ سے ایک صاحب سامان لے رہے تھے۔انہوں نے پوچھا کہ کیا آپ کی دوکان میں چوہے ہیں؟ کہنے لگے کیپسول میں چوہے کی مینگنی بھر کر کیپسول کھلا دیں۔مریض کو اطلاع نہ دیں۔اسے افاقہ ہوگا۔یہ مینگنی میں نے کیپسول میں بھر کر کئی لوگوں کو دی ہیں۔(حلال، حرام کی تحقیق کرلیں۔ادارہ)

بالوں کو گھنا اور لمبا کرنے کا آسان اور آزمودہ نسخہ:

مولی کے پتے ایک کلو، تیل بنولہ 1/2 کلو میں جلائیں۔ٹھنڈا صاف کر کے چھان لیں اور بالوں کو لگائیں۔بال گھنے اور مضبوط کرنے کے لیے لاجواب چیز ہے۔اپنے گھر میں آزمایا اور اپنی سالیوں اور سسرال والوں کو استعمال کرایا۔3 بار گھر میں بنایا، بے شمار لوگوں کو لکھ کر دیا اس کا کوئی حساب نہیں۔بال گرنا

ناجائز عشق کے زوال میں: اونٹ کی چیچڑی عاشق کی آستین میں باندھی جائے عشق زائل ہو جائے گا۔

بند ہو جاتے ہیں اس کے علاوہ گھنے اور لمبے ہو جاتے ہیں۔

آنکھوں کی بیماریوں کے لیے سرمہ خود بنائیں:۔
ہلدی ثابت ایک تولہ، 5 تولہ لیموں کا رس، ہلدی توے پر گرم کریں اور لیموں کے پانی میں بجھا دیں۔ اسی طرح بار بار کر کے لیموں کا پانی ختم کرنا ہے پھر ہلدی کو کھرل کر کے سرمہ بنا لیں۔ صبح وشام دو دو سلائی استعمال کریں۔ میں نے کئی بار گھر میں بنایا خود استعمال کیا، گھر والوں کو اور دوستوں کو بھی استعمال کرایا۔ اس سے آنکھوں میں جالا، آنکھوں کے سامنے اندھیرا، تنکے آنے کے لیے مفید، آنکھوں سے سفید رطوبت نکلتی تھی وہ بھی بند ہو گئی، بینائی کو تیز کرتا ہے۔

بواسیر کے لیے اکسیر:۔ سرسوں کا تیل ایک کلو۔ چھپکلی 4 عدد اس میں جلائیں۔ اس کے بعد چھپکلی کو تیل سمیت کھرل کریں۔ اب یہ تیل دن میں 2 بار لگائیں۔ 7 دن تک خونی، بادی بواسیر کے لیے اکسیر ہے۔ ایک صاحب تقریباً 1/2 تولہ کی شیشی -/150 روپے میں فروخت کرتے ہیں۔

رزق کیلئے آزمودہ وظیفہ:۔ فجر کے بعد کسی سے بات نہ کریں۔ ایک تسبیح یا رحمٰن ایک تسبیح یا مُغنی اور سورۃ مزمل ایک دفعہ۔ یہ اگر چالیس دن مسلسل پڑھیں عمل میں آئے گی یہ عمل روزانہ کریں۔ یہ روزگار کیلئے نہایت آزمودہ ہے۔ مجھے مکمل اعتماد ہوا اور میں نے چالیس دن کیا۔ میرے حالات بدلنا شروع ہو گئے پھر میں اپنی بیوی کے ساتھ عمرے پر چلا گیا۔ جب سے یہ عمل شروع کیا مجھ سے رزق کی تنگی بالکل ختم ہو گئی اور اب نہایت مطمئن ہو گیا ہوں۔ لاجواب آزمودہ وظیفہ ہے۔ کئی لوگوں کو بتایا انہیں خوب فائدہ ہوا!

کسی بھی قسم کی گھریلو پریشانی:۔ 41 بار سورۃ فاتحہ اول و آخر، درود شریف 41 بار پڑھ کر پانی پر دم کریں تمام پئیں خوب فائدہ ہوتا ہے۔ اگر کسی طرف سے خوف اور پریشانی ہوتی ہے میں "اَعُوْذُ بِکَلِمَاتِ التَّامَّۃِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ" بکثرت پڑھتا ہوں، خوف ختم ہو جاتا ہے۔

نبوی ﷺ عملیات، عبقری کے قارئین کی نظر

(محمد سعید علوی، چکوال)

پیشاب کی بندش اور پتھری کا نبوی ﷺ علاج:
حضرت ابودرداءؓ کے پاس ایک آدمی آیا اور کہا کہ اس کے والد کا پیشاب رک گیا ہے اور پیشاب میں پتھری آ گئی ہے۔ انہوں نے درج ذیل دعا سکھائی جو انہوں نے رسول پاک ﷺ سے حاصل کی تھی۔

"رَبُّنَا الَّذِیْ فِی السَّمَآءِ تَقَدَّسَ اسْمُکَ اَمْرُکَ فِی السَّمَآءِ وَالْاَرْضِ کَمَا رَحْمَتُکَ فِی السَّمَآءِ فَاجْعَلْ رَحْمَتَکَ فِی الْاَرْضِ وَاغْفِرْلَنَا ذُنُوْبَنَا وَخَطَایَانَا اَنْتَ رَبُّ الطَّیِّبِیْنَ فَاَنْزِلْ شِفَآءً مِّنْ شِفَآئِکَ وَ رَحْمَۃً مِّنْ رَحْمَتِکَ عَلٰی ھٰذَا الْوَجَعِ"

ترجمہ: "ہمارا رب جو آسمان میں ہے مقدس ہے تیرا نام تیرا حکم زمین و آسمان میں ہے جس طرح تیری رحمت آسمان میں ہے پس ڈال دے اپنی رحمت زمین میں ہمارے گناہ اور ہماری خطائیں معاف فرما تو ہی پاکیزہ ہستیوں کا رب ہے، اپنی شفا سے شفا اور اپنی رحمت سے رحمت اس بیماری پر نازل فرما۔" (عمل الیوم نسائی: ص ۵۶۶، ابوداؤد: ص ۵۴۳)

امام نسائیؒ نے بیان کیا ہے کہ دو شخص عراق سے کسی کے پیشاب کی شکایت لیکر آئے۔ لوگوں نے حضرت ابودرداءؓ کی نشاندہی کی تو حضرت ابودرداءؓ نے فرمایا کہ میں نے رسول پاک ﷺ سے سنا ہے کہ جسے یا جس کے بھائی کو یہ شکایت ہو درج بالا دعا پڑھے۔ (عمل الیوم: ص ۵۶۷)

فائدہ: بیمار اس دعا کو پڑھتا رہے۔ یہ نہ ہو سکے تو کوئی دوسرا شخص پڑھ کر اس پر دم کرے یا کاغذ میں لکھ کر اس کا پانی پلایا جائے۔ (الدعاء المسنون: ص ۳۳۹)

اولاد کے رشتے کیلئے آزمودہ عمل:
رَبِّ اِنِّیْ لِمَآ اَنْزَلْتَ اِلَیَّ مِنْ خَیْرٍ فَقِیْرٌ (سورۃ قصص: آیت ۲۴) (بحوالہ بکھرے موتی جلد دوم صفحہ نمبر 132)
اگر آپ کی لڑکی کیلئے رشتہ نہ آتا ہو یا آتا ہو مگر رشتہ پسند نہ آتا ہو تو آپ ایک سو ایک (101) مرتبہ اس دعا کو اور تین دفعہ سورۃ والضحیٰ پڑھیں۔ ہر مہینہ گیارہ دن تک پڑھیں اور تین مہینہ یہ عمل جاری رکھیں۔

اولاد کے رشتے کیلئے مجرب: **اَمَّنْ یُّجِیْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاہُ وَ یَکْشِفُ السُّوْٓءَ** (سورۃ نمل: آیت ۶۲، بحوالہ بکھرے موتی جلد دوم) اگر آپ کو اپنی اولاد کا رشتہ نہیں ملتا تو اٹھتے بیٹھتے مذکورہ آیت کا ورد جاری رکھیں۔

ہر بلا سے حفاظت کا نبوی ﷺ نسخہ: مسند بزار میں اپنی سند کیساتھ حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: جو شخص شروع دن میں آیت الکرسی اور سورۃ مومن کی پہلی تین آیتیں پڑھ لے وہ اس دن ہر برائی سے اور تکلیف سے محفوظ رہے گا۔ اس کو ترمذی نے بھی روایت کیا ہے۔ (معارف القرآن: ۷/۵۸۱، ابن کثیر: ۴/۳۳۹)

درد وغیرہ دور کرنیکا نبوی ﷺ نسخہ:
حضرت عثمان بن ابی العاصؓ سے مروی ہے کہ حضور کرم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے جب بھی کسی کے جسم میں درد یا تکلیف کی شکایت ہو تو جسم کے جس حصہ میں درد ہے وہاں ہاتھ رکھو اور یہ پڑھو۔ تین مرتبہ بسم اللہ اور سات مرتبہ یہ دعا:
"اَعُوْذُ بِعِزَّۃِ اللّٰہِ وَقُدْرَتِہٖ مِنْ شَرِّ مَآ اَجِدُ وَ اُحَاذِرُ" ترجمہ: قدرت و عزت خداوندی کے واسطے سے اس کی برائی سے پناہ مانگتا ہوں جس کی تکلیف اور جس سے ڈر محسوس کرتا ہوں"۔ (مسلم: صفحہ ۲۲۴، اذکار: ص ۱۱۴، الدعا المسنون: ص ۳۳۶)

رزق حلال کا معجزانہ اثر!

(مرسلہ: محمد سعید قادری، کراچی)

میرے بیٹے کی پیدائش کے دن ہی سے طبیعت ٹھیک نہیں تھی اپنے علاقے سمیت تمام ڈاکٹروں حکیموں سے علاج کروا کروا کر تھک گئے بالآخر اللہ پاک کی رضا سمجھ کر دونوں میاں بیوی بیٹھ گئے کہ شاید ہمارے بچے کی زندگی اسی طرح بسر ہو گی۔ بھلا ماں باپ کہاں خاموش ہو کر بیٹھ سکتے ہیں۔ جس کسی نے بھی کسی حکیم، سنیاسی، ڈاکٹر کا بتایا، بھاگ پڑے! وقتی طور پر تو فرق آ جاتا مگر جیسے ہی دوائی ختم، مرض پھر شروع۔ میرے بڑے بھائی (مالک کائنات انکو ہمیشہ تندرست و توانا رکھے آمین ثم آمین) ایک ضروری کام کے سلسلے میں اپنے پرانے گھر (فیروزہ) میں تشریف لائے تو میں نے اپنے بیٹے محسن کو ان کی گود میں ڈال دیا اور تقریباً رو پڑا اور گزارش کی کہ میرے لیے اور میرے بیٹے کیلئے دعا کریں کہ اللہ پاک مجھے ہمت دے اور محسن کو صحت دے۔ انہوں نے چند لمحوں تک مجھے اور میرے بیٹے کو غور سے دیکھا اور فرمایا کہ رزق پر قناعت کرو، سب ٹھیک ہو جائے گا (یاد رہے میں ان دنوں بطور چنگی محرر تھا) میں نے اُن سے وعدہ کیا کہ میرا بیٹا ٹھیک ہو جائے تو میں رزق حلال ہی سے گزارہ کرونگا اور واقعی میں نے گزارا کیا!

قارئین محترم! آج میرا بیٹا 11 سال کا ہو چکا ہے۔ الحمدللہ اب میرے 6 بچے ہیں۔ میرے گھر میں واقعی بہت سکون ہے، کوئی بیماری نہیں ہے، کوئی ٹینشن نہیں ہے، الحمدللہ رزق حلال کا اپنا الگ نشہ ہے۔ یقین نہیں تو آزما کر دیکھ لیں۔

جاڑا جوانی و توانائی کا موسم

جاڑوں میں قدرت ہمیں کئی مقوی سبزیوں، پھلوں اور خشک میووں سے نوازتی ہے۔ دوسرے موسموں میں ان میں سے بہت سی اشیا یا تو ملتی نہیں اور ملتی بھی ہیں تو موسم کی سختی ہمیں کھانے اور ہضم کرنے کی اجازت نہیں دیتی

نیا سال آنے والا ہے اور سردی شباب پر ہے۔ سردیوں کا موسم صحت کی بحالی اور توانائی حاصل کرنے کا موسم ہوتا ہے۔ کمزور اور ناتواں افراد اس موسم کے شاکی رہتے ہیں۔ سردیوں میں جسم زیادہ حرارت طلب کرتا ہے۔ حرکت بھوک میں اضافہ کرتی ہے۔ بھوک اچھی غذاؤں سے دور ہوگی تو جسم میں اچھا خون بنے گا۔ پٹھے اور پورا جسم مضبوط ہوگا۔ جاڑا ہر وقت روئی کا بنولہ بنے رہنے کا موسم نہیں ہوتا۔ اس میں صبح و شام اپنی پسند، سکت اور عمر کے لحاظ سے ورزش کیجئے، یہاں تک کہ جسم میں گرمی محسوس ہونے لگے۔ دوران خون کے تیز ہونے سے معدہ بھی تیز ہو جائے گا اور بھوک چمک اٹھے گی۔ اسے اچھی توانائی بخش غذائیں دیجئے، وہ بڑی عمدگی اور مستعدی سے انہیں ہضم کر کے آپ کو توانا بنا دے گا۔ اسی لیے سردی کو جوانی و توانائی کا موسم بھی کہتے ہیں۔ سردی چمکتی ہے تو فصلِ شباب بھی نکھر آتا ہے لیکن یہ اسی وقت ممکن ہے کہ آپ احتیاط سے ورزش کریں، بیمار نہ ہوں اور مقوی غذائیں استعمال کریں۔ جو کچھ کھائیں اسے جزو بدن بنائیں۔

ایک اصول یہ بھی یاد رکھیں کہ ان تدابیر اور غذاؤں سے حاصل ہونے والی طاقت یعنی شباب کا صرف ایک ہی مصرف نہ ہو بلکہ اسے اپنی ہمہ جہت بھلائی کے لیے جمع رکھئے اور احتیاط سے خرچ کیجئے تاکہ آنے والی گرمیوں کی کلفتوں اور بارشوں کی زحمتوں میں وہ آپ کا ساتھ دے۔ شباب یہ ہے کہ آپ ہر کام، عبادت، ورزش، محنت، مطالعہ، جدوجہد، عمدگی اور پوری لگن کے ساتھ کر سکیں۔ یہاں تک کہ اگلے جاڑے میں آپ پھر اپنے جسم میں زیادہ توانائی اور حرارت ذخیرہ کرنے کے لیے مستعد ہیں۔

جاڑوں میں قدرت ہمیں کئی مقوی سبزیوں، پھلوں اور خشک میووں سے نوازتی ہے۔ دوسرے موسموں میں ان میں سے بہت سی اشیا یا تو ملتی نہیں اور ملتی بھی ہیں تو موسم کی سختی ہمیں کھانے اور ہضم کرنے کی اجازت نہیں دیتی۔ ان کے علاوہ کئی مقوی جڑی بوٹیاں بھی استعمال کی جا سکتی ہیں۔ اس موسم سرما میں استعمال کے لیے اپنی پسند، سکت اور صحت کے لحاظ سے یہ غذائیں اور جڑی بوٹیاں کھائیے، توانا اور پرشباب ہو جائیے۔ ہاں یہ یاد رہے کہ اضافہ توانائی میں ہونا چاہیے۔ وزن میں بلا ضرورت اضافہ ٹھیک نہیں۔

انڈے: انڈے ایک بڑی مقوی غذا ہیں۔ اس موسم میں انہیں استعمال کرنے سے جسم توانا ہوتا ہے۔ قوتِ شباب میں اضافے کے لیے نیم برشت یا ادھ ابلا انڈا بہترین ہوتا ہے۔ سونے وقت یا ناشتے میں ایک دو انڈے خوب پھینٹ کر گرم گرم دودھ شامل کر کے پینا ایک بہترین قوت بخش ناشتا ہوتا ہے۔ زیادہ مقوی بنانا ہو تو اس میں شہد، دس بارہ بادام اور تھوڑی سی زعفران کا اضافہ کیا جا سکتا ہے۔ خون میں کولسٹرول کی کثرت کی صورت میں زیادہ انڈوں کا استعمال مناسب نہیں ہوتا۔

انڈوں کا مقوی حلوہ: ایک انڈے کو پھینٹ لیں اور اس کے برابر گھی اور پیاز کے رس میں شہد یا چینی ملا کر ہلکی آنچ پر گرم کریں۔ لئی کی طرح گاڑھا ہونے پر اسے کھانے کے بعد اوپر سے ایک پیالی تازہ گرم دودھ پی لیں۔ توانائی اور طاقت کی لہریں پورے جسم میں دوڑنے لگیں گی۔

ایک اور مقوی حلوا: گائے کے ایک سیر دودھ کو جوش دیں۔ جب ایک تہائی دودھ رہ جائے تو اس میں چار انڈوں کی زردیاں ڈال کر چمچہ چلائیں۔ دودھ گاڑھا ہو کر نصف رہ جائے تو اس میں نشاستہ تیس گرام، اصلی گھی تین چار چمچے میں بھون کر حلوے میں شامل کریں۔ اب ڈیڑھ گرام دارچینی، ثعلب مصری چھ گرام، پسی ہوئی شکر بقدر ذائقہ اور عرق گلاب تین چمچے (کھانے کے) اور ایک رتی یا چٹکی زعفران ملا کر نیم گرم کھائیں۔ جاڑوں کے لیے یہ بہترین ناشتہ ہے۔ اس کے بعد کسی اور ناشتے کی ضرورت نہیں ہوتی، لیکن اسے ہضم کرنے کے لیے مضبوط معدے اور اچھی ورزش کی ضرورت بھی ہوگی۔

مقوی حریرے: یوں تو مغزیات کے تقریباً تمام حریرے مقوی ہوتے ہیں، لیکن یہ حریرہ خاص طور پر مقوی شباب ہے۔ میٹھے چھلے ہوئے بادام 20 عدد، مغز اخروٹ ثابت 20 عدد، 20 چلغوزوں کا مغز اور نشاستہ 20 گرام، ان سب کو سل یا بلینڈر میں پانی کے ساتھ باریک کرلیں اور نرم آنچ پر پکائیں۔ اسی میں تھوڑا سا مکھن اور چینی پسند کے مطابق ملا کر ثعلب مصری 2 گرام، بہمن سفید 2 گرام اور شقاقل مصری 2 گرام کا باریک سفوف ملا کر استعمال کریں۔ اوپر سے دودھ بھی پی سکتے ہیں یا مغزیات دودھ ہی میں پیس لیں۔

گوکھرو کا حریرہ: گوکھرو 50 گرام کو تین بار دودھ میں بھگو کر خشک کرلیں اور سفوف بنا کر رکھ لیں۔ سفید خشخاش 10 گرام، مغز بادام شیریں 6 گرام، عرق گلاب نصف پیالی، ثعلب مصری 6 گرام، بہمن سفید 6 گرام، تخم شلجم، پان کی جڑ، شقاقل مصری ایک ایک گرام پیس لیں۔ گوکھرو کا سفوف 5 گرام تمام دواؤں کے ساتھ دودھ میں شامل کر کے خوب چھینٹیں اور چینی بقدر ذائقہ ملا کر ایک دو جوش دے کر پئیں۔

چنے کا مقوی حلوا: بھنے اور چھلے ہوئے چنوں کا آٹا 20 گرام، نشاستہ 20 گرام، سرخ چاولوں کا آٹا 20 گرام، میٹھے بادام کا مغز، چلغوزے کا مغز، پستہ اور اخروٹ کا مغز ہر ایک 20 گرام، تودری سرخ و تودری سفید، ہر ایک 15 گرام پیس کر اصلی دیسی گھی اور چینی ڈال کر حلوا بنائیں اور صبح یا رات کو 30 گرام ایک پیالی دودھ کے ساتھ کھائیں۔

چنوں کے مقوی پکوڑے: ایک کلو چنے کی دال صاف کر کے رات دودھ میں بھگو کر صبح باریک پیس کر اصلی گھی میں پکوڑے تل لیں اور جب یہ گرم ہوں ہاتھ سے مسل کر باریک کرلیں۔ اصلی گھی میں بھون کر شکر شامل کر کے رکھ لیں۔ یہ سفوف بہت ذائقے دار ہوگا اس لیے 4-5 چائے کے چمچوں کے برابر ہی کھائیں۔

ماش کا حلوا: ایک پیالی ماش کو صاف کرلیں اور پیاز

عبقری 29 **موسمی بخار:** موسمی بخار میں لیموں بے حد مفید ہے۔ پانی میں لیموں کے چند قطرے ملا کر پی لینے سے معدہ صاف رہتا ہے اور صحت بھی ٹھیک رہتی ہے۔

کے رس دو پیالی میں بھگو کر خشک کر کے پیس لیں۔ اس آٹے کو اصلی گھی اور شکر کے ساتھ بھون کر اس میں مغزیات کا اضافہ کر کے رکھ لیں۔ 20-25 گرام کھا کر اوپر سے دودھ پی لیں۔ خوشبو کے لیے پسی ہوئی دار چینی کا اضافہ کر سکتے ہیں۔

دودھ چھوارے:۔ رات کو ڈیڑھ پیالی گرم دودھ میں دو چار چھوارے گٹھلی دور کر کے بھگو دیں۔ صبح گرم کر کے چھوارے کھا لیں اور دودھ پی لیں اور ضرورت ہو تو چینی بھی ملا لیں۔ بانجھ مردوں کے لیے یہ زیادہ مفید ثابت ہوتا ہے۔

پیاز کا حلوہ:۔ سرخ چھلکے والی پیاز ایک کلو، دودھ دو کلو، گھی اصلی ایک کلو، چینی یا دیسی شکر ایک کلو، خشخاش 250 گرام، دار چینی 50 گرام، مغز بادام شیریں 50 گرام، پستہ 50 گرام، مغز چلغوزہ 50 گرام، اخروٹ کی گری 50 گرام، سفید تل ہلکی آنچ پر بھنے ہوئے 50 گرام، پیاز کو چھیل کر باریک کاٹ کر اسٹین لیس اسٹیل یا قلعی دار برتن میں دودھ، شکر اور دار چینی کے ٹکڑوں کے ساتھ ہلکی آنچ پر پکائیں۔ دودھ خشک ہونے پر دار چینی کے ٹکڑے نکال کر پھینک دیں اور اب اس میں گھی ڈال کر بھونیں۔ جب حلوا سا بن جائے تو خشخاش باریک پیس کر اور دیگر میوہ باریک کتر کر شامل کر کے ٹھنڈا ہونے پر مرتبان میں احتیاط سے رکھ لیں۔ صبح و شام 20-20 گرام یہ حلوا استعمال کریں۔

اخروٹ اور شہد:۔ ایک صاف مرتبان میں اخروٹ کی گریاں شہد میں ڈال کر ڈیڑھ ماہ رہنے دیں اور پھر روزانہ 20-25 گرام تک یہ گریاں اور شہد خوب چبا کر کھائیں اوپر سے دودھ پی لیں۔

مقوی پوریاں:۔ سیاہ تل، اسگندھ، تخم کونچ کا مغز، بداری کند، ہم وزن لے کر باریک کر لیں اور اس کے برابر سرخ چاولوں کا آٹا ملا کر رکھ لیں۔ 20 گرام یہ سفوف گائے یا بکری کے دودھ سے ذرا پتلا گوندھ کر اس کی پوریاں اصلی گھی میں تل کر دودھ کی کھیر کے ساتھ کھائیں۔

سادہ مقوی نسخے:۔ ☆رات کے کھانے کے بعد کھجور یا چھوہارے (پانچ چھ) خوب چبا کر کھائیں اور اوپر سے دودھ پی لیں۔ ☆کالے چنے آدھی مٹھی، گرم دودھ میں بھگو کر صبح خوب چبا کر کھائیں اور دودھ بھی پی لیں اس میں تھوڑے گڑ کا اضافہ بھی کر سکتے ہیں۔ ☆سفید تل ہلکے بھون کر رکھ لیں۔ دو چائے کے چمچ اس تل کے برابر شکر ملا کر کھانے سے شباب کی فصل پر بہار آتی ہے۔ اسی میں بادام شیریں کا اضافہ بھی کر سکتے ہیں۔ ☆موصلی سفید کا سفوف اور شکر چھ چھ گرام کھا کر دودھ پی لیں۔ اسی طرح ثعلب مصری اور ستاور کا سفوف بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ ☆سیمبل کی جڑ کا سفوف 6 گرام دودھ یا پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ ☆کچھ عرصے تک روزانہ مولی کے بیج 6 گرام کھانے سے بھی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے۔

مقوی سبزیاں:۔ ان میں گاجر اور شلجم سرفہرست ہوتے ہیں۔ خاص طور پر اس موسم میں گاجر یا اس کے رس کا استعمال بہت مفید ہوتا ہے۔ دودھ میں پکی ہوئی گاجریں تھوڑے گڑ یا شہد کے ساتھ کھانے سے توانائی اور شباب میں اضافہ ہوتا ہے۔ اسی طرح اس موسم میں شلجم کے علاوہ پالک میتھی کے ساگ اور مٹر کے باقاعدہ استعمال سے جسم میں توانائی اور امراض سے مقابلہ کرنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے۔

مقوی میوے:۔ تمام خشک میوے جسم کے خلیات کی تعمیر اور استحکام میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ خاص طور پر چلغوزے کے مغز (ایک مٹھی) کے استعمال سے خلوت کی رعنائیوں میں نمایاں اضافہ ہو جاتا ہے۔ فصل شباب پر نکھار کے یہ نسخے آسان بھی (جاڑوں میں قدرت مہرباں ہمیں کئی مقوی غذاؤں سے نوازتی ہے۔ اس موسم میں انہیں خوب استعمال کیجئے) ہیں اور سستے بھی۔ ہر شخص ان سے اپنی صحت اور سکت کے مطابق استفادہ کر سکتا ہے۔

جاڑا اور بوڑھے:۔ بوڑھوں کو اس موسم میں خاص طور پر گاجریں اور لہسن زیادہ استعمال کرنا چاہیے۔ چھلے ہوئے لہسن ہلکی آنچ پر دودھ میں گلا کر گھی اور مصری کے ساتھ بھون کر دو چار چمچے چائے کی مقدار میں کھاتے رہنے سے سردی کی تکلیفیں دور رہیں گی اور جسم میں حرارت و توانائی بھی بڑھے گی۔

شہد اور پیاز کا رس:۔ ایک کلو اصلی شہد اور ایک کلو سرخ پیاز کا رس ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب ایک کلو شہد رہ جائے تو اتار کر سرد کر کے بوتل میں رکھ لیں۔ روزانہ ایک چمچ یہ شہد چاٹ کر اوپر سے دودھ پی لیں۔ لہسن کے حلوے اور اس شہد سے کولسٹرول کی سطح بھی کم ہو جائے گی۔

مقوی دواؤں کا مقام:۔ طب مشرقی کی مقوی اور شباب آور دواؤں کا اپنا مقام ہے۔ اس موسم میں ان غذاؤں کے ساتھ ان کا استعمال سونے پر سہاگے کا کام کرتا ہے۔ جاڑوں کے اس موسم میں توجہ اور محنت سے اچھی فصل شباب کا اہتمام کیجئے۔

اعمال سے مشکلات ختم

یَا اَللّٰہُ جَلَّ جَلَالُہٗ 1468 مرتبہ بیماریوں سے نجات کے لیے

یَا لَطِیْفُ جَلَّ جَلَالُہٗ 1468 مرتبہ شادیوں کے لیے

یَا حَسِیْبُ جَلَّ جَلَالُہٗ 1468 مرتبہ مشکلات سے نجات کے لیے

یَا مُجِیْبُ جَلَّ جَلَالُہٗ 1468 مرتبہ دعاؤں کی قبولیت کے لیے

یَا مُمِیْتُ جَلَّ جَلَالُہٗ 1468 مرتبہ سحر کے توڑ کے لیے

یَا مُنْتَقِمُ جَلَّ جَلَالُہٗ 1468 مرتبہ دشمن سے حفاظت کے لیے

یَا مُحْیِ جَلَّ جَلَالُہٗ 1468 مرتبہ بیماریوں سے نجات کے لیے

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ سوا لاکھ بار 41 دن میں مکمل بیماری ہر قسم کے لیے پانی پر دم کر کے پلایا جاتا رہا ہے۔ شفا منجانب اللہ

سورۂ فاتحہ 21 بار بیماریوں سے نجات کے لیے

آیت الکرسی 11 بار بوقت تہجد سحر والے کو دم کیا جاتا ہے

آیت قطب: ثُمَّ اَنْزَلَ سے کر بِذَاتِ الصُّدُوْرِ o تک (سورۂ آل عمران آیت نمبر 154) 11 بار بوقت تہجد پڑھنا ہر قسم کے درد کے لیے فائدہ مند ہے۔

سورۂ یسین ایک بار روزانہ رزق کے لیے

سورۂ الفتح کی ابتدائی پانچ آیت 11 بار رزق کے لیے

سورۂ المزمل 11 بار روزانہ رزق اور حفاظت کے لیے

سورۂ الضحیٰ 11 بار روزانہ گمشدہ کے لیے

سورۂ الم نشرح 11 بار روزانہ علم کے لیے پانی پر دم کر کے

سورۂ القریش 11 بار روزانہ مشکلات سے نجات کے لیے

سورۂ الکوثر 11 بار روزانہ دشمن سے حفاظت کے لیے

چاروں قل 11 بار روزانہ سحر کے خاتمہ کے لیے

قصیدہ طوبیٰ، قصیدہ حسنہ، حزب البحر روزانہ ایک ایک بار حفاظت کے لیے۔ (مرسلہ: قاری محمد داؤد۔ ٹکمرو منڈی)

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں۔ وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔

نوٹ: درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

ٹینشن، ڈپریشن سے خلاصی: (سورۂ انفال کی آیت نمبر 11) لِیَرْبِطَ عَلٰی قُلُوْبِکُمْ وَیُثَبِّتَ بِہِ الْاَقْدَامَ o کو لکھ کر عین دل کے اوپر باندھیں۔

(بقیہ: دار چینی)

پشت پر اور درد رحم کی صورت ناف کے نیچے لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔(12) آنکھوں کے پھولے میں روغن دار چینی کھانے اور لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔کھانے کی خوراک: پانچ قطرے روغن دار چینی دودھ کے ساتھ پینا مفید ہے اس کو بیرونی طور پر درد گردہ کی صورت میں پشت پر اور درد رحم کی صورت میں ناف کے نیچے لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔
(13) کثرت طمث اور سیلان الرحم میں دار چینی چھ ماشہ ،ثعلب مصری ایک تولہ ،صدف خالص دو تولہ اور چینی ان تمام باقی ماندہ ادویہ کے وزن لے کر سفوف بنائیں۔تین ماشہ سفوف صبح وشام ہمراہ پانی استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔(14) سیلان الرحم کی مرض میں دار چینی ایک تولہ ،تال مکھانہ ایک تولہ ،کشتہ بیضہ مرغ ایک تولہ اور بتاشے تین تولہ کو باریک کوٹ کر سفوف بنا کر تین ماشہ ہمراہ گائے کے دودھ سے صبح وشام استعمال کرنا بے حد مفید ہے۔(15) دار چینی کا جوشاندہ جو ہر قسم کی کھانسی کے لیے مفید ہے۔دار چینی چار ماشہ ،بہی دانہ شیریں چار ماشہ ،اصل السوس ایک تولہ ،زوفا ایک تولہ ،انجیر زرد تین عدد ،کو کنار دو عدد اور کوزہ مصری ایک تولہ ، ان تمام ادویہ کو آدھ سیر پانی میں جوش دیں پھر کل چھان کر شیشی میں محفوظ کر لیں۔دن میں تین دفعہ صبح ،دوپہر اور شام پانچ تولہ کی مقدار میں نیم گرم کر کے پلانے سے فائدہ ہوتا ہے۔(16) کلعبری اور برص ،بہق کے امراض میں اسے رگڑ کر طلاء کرنے سے نشانات درست ہو جاتے ہیں۔(17) زہریلے جانوروں کے کاٹنے پر درد اور سوزش کی تسکین کے لیے درد پر پیس کر لیپ کرنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔(18) بواسیری مسوں والی جگہ پر دار چینی رگڑ کر لیپ کرنا بہت فائدہ دیتا ہے۔(19) دار چینی اور ہلیلہ کابلی ہم وزن رگڑ کر سفوف بنالیں اور تین ماشہ صبح و شام استعمال کرنے سے استسقاء کو بے حد مفید ہوتا ہے۔(20) نسیان کو دور کرنے کے لیے دار چینی کا سفوف دو دو ماشے صبح وشام نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کرنا چاہیے ،مجرب ہے۔اس عمل سے نہ صرف نسیان ٹھیک ہوگا بلکہ باہ کو تقویت بھی ملے گی۔(21) کثرت پیشاب میں دار چینی اور کندر ہم وزن باریک پیس کر دو ماشہ سفوف پانی کے ہمراہ صبح و شام استعمال کرنا بے حد مفید ہے۔(22) حافظ کی تقویت اور نسیان کی مرض کو دور کرنے کے لیے دار چینی دو تولہ ،تج ایک تولہ اور ہلیلہ کابلی ایک تولہ نبات سفید (چینی) چار تولے پیس کر سفوف بنائیں اور ایک ماشہ سے تین ماشہ تک صبح وشام ہمراہ پانی استعمال کرنا فائدہ مند ہوتا ہے۔(23) منہ کی بد بو اور آواز کو درست کرنے کے لیے دار چینی ،تج ،دانہ الائچی خورد، خولنجان اور مصری ہم وزن پیس کر عرق گلاب میں کھرل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔چار چار گھنٹے بعد ایک گولی منہ میں رکھ کر چوسنے سے شفا ہوتی ہے۔(24) نزلے اور زکام میں دار چینی کا سفوف ایک ایک ماشہ صبح وشام ہمراہ پانی استعمال کرنا مفید ہے۔(25) تپ دق ،سل ،سعال اطفال اور بدہضمی کو دور کرنے کے لیے درج ذیل نسخے کا استعمال کرنا بے حد مفید مجرب ہے۔دار چینی چھ ماشہ ،الائچی خورد ایک تولہ ،فلفل دراز دو تولہ ، طباشیر کبود چار تولے ،کوزہ مصری آٹھ تولے ،تمام ادویہ کو باریک پیس کر سفوف بنالیں۔ایک ماشہ سفوف ہمراہ نیلوفر دن میں تین بار استعمال کرائیں ،بے حد مفید ہے۔(26) پلک پھڑ کنے کی صورت میں دار چینی کا سرمہ بنا کر سلائی سے آنکھ میں لگانا مفید ہے۔

(بقیہ: بگڑے ٹانسلز کا شافی علاج)

اس سنت سے ثابت ہوا کہ مہندی دافع ورم وسوزش ہے۔اس سنت کی پیروی میں مہندی کے پتے پانی میں ابال کر غرغرے کرنے سے ہر قسم کی حلق کی سوزش دور ہو جاتی ہے۔قرآن شریف میں شہد کے متعلق آیا ہے۔ فیہ شفاء للناس (اس میں لوگوں کے لیے شفاء ہے) قرآن اور احادیث کی روشنی میں گلے کی ہر قسم کی سوزش کا یہ علاج بہت کامیاب ہے۔
(1) نہار منہ اور عصر کے وقت ۲ چمچ شہد گرم پانی میں ملا کر چائے کی طرح پیا جائے۔(2) مہندی کے پتے ابال کر نمک ملا کر صبح اور شام غرغرے کیے جائیں۔(3) قسط شیریں ۱۰۰ گرام ،شہد ۳۰۰ گرام ملا کر رکھیں ،صبح اور شام ایک ایک چمچ کھائیں۔بڑوں کے لیے بڑا چمچ ،بچوں کے لیے چائے والا چمچ استعمال کریں۔(4) املتاس کا گودا ۶ گرام + گلاب کے پھول ۶ گرام ،پانی میں ابال کر دو تین بار غرغرے کرنا بہت مفید ہے۔

(بقیہ: ذوالحجہ میں قرب الٰہی پانے کے طریقے)

عطا بن ابی رباحؒ نے فرمایا کہ میں نے خود سنا کہ حضرت عائشہؓ فرما رہی تھیں کہ رسول اللہ ﷺ کے زمانے میں ایک شخص گانا سننے کا بہت دلدادہ تھا لیکن ذوالحجہ کا چاند دیکھ کر صبح سے روزہ رکھ لیتا تھا اس کی اطلاع حضور اقدس ﷺ تک پہنچی ۔حضور ﷺ نے دریافت فرمایا کہ تم ان دنوں کے روزے کیوں رکھتے ہو؟ (کونسی ایسی چیز ہے جس نے تم کو ان دنوں کے روزوں پر ابھارا) اس نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! یہ دن حج کے ہیں اور عبادت کے ہیں اور میری خواہش ہے کہ اللہ ان کی دعا میں مجھے بھی شریک کردے۔ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا تم جو روزے رکھتے ہو اس کے ہر روزے کے عوض تم کو سو غلام آزاد کرنے ،قربانی کے لیے حرم میں سو اونٹ بھیجنے اور جہاد میں سواری کے لیے سو گھوڑے دینے کا ثواب ہوگا اور ترویہ کے دن روزہ دار کو ہزار غلام آزاد کرنے ،ہزار اونٹ قربانی کے لیے حرم میں بھیجنے اور ہزار گھوڑے جہاد میں سواری کے لیے دینے کا ثواب ہے اور عرفہ کے روزے کے عوض دو ہزار غلام آزاد کرنے ،دو ہزار اونٹ قربانی کے لیے بھیجنے اور دو ہزار گھوڑے جہاد میں دینے کا ثواب ہوگا اور سال بھر پہلے اور سال بھر بعد کے روزوں کا ثواب مزید برآں ہوگا۔(غنیۃ الطالبین)
حضرت عباسؓ نے فرمایا کہ ان ایام یعنی ایام تشریق میں کسی دن نیک کام کرنا اللہ تعالیٰ کو ہر ایک دن میں نیک کام سے زیادہ محبوب ہے۔ (غنیۃ الطالبین) ام المومنین حضرت حفصہؓ سے روایت ہے کہ آپؐ نے فرمایا کہ رسول اللہ ﷺ چار عمل ترک نہیں فرماتے تھے۔(۱) عشرہ ذوالحجہ کے روزے (۲) عاشورہ کا روزہ (۳) ایام بیض (ہر ماہ کی ۱۳،۱۴،۱۵ تاریخ) کا روزہ (۴) فجر کی نماز سے اول دو رکعتیں۔(غنیۃ الطالبین)
حضرت جابر بن عبداللہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جس نے ماہ ذوالحجہ کے دس دن کے روزے رکھے اللہ تعالیٰ ہر روزے کے عوض اس کے ایک سال کے روزے لکھے گا۔(غنیۃ الطالبین)

(بقیہ: کامیاب زندگی)

آگے بڑھنے کی کوشش کرے۔اگر اس نے بند دروازوں سے سر ٹکرایا تو دروازے تو نہیں کھلے گا البتہ اس کا سر ضرور ٹوٹ جائے گا۔خاص طور پر تعلیم آج کی دنیا میں کامیابی کا ٹکٹ ہے اور اس ٹکٹ کو حاصل کرنے کے مواقع ہر آدمی کے لیے ہر جگہ کھلے ہوئے ہیں۔

غریبی اور خوشحالی (ن،م لاہور)

سات چیزوں کے کرنے سے غربت آتی ہے:

(1) جلدی جلدی نماز پڑھنے سے (2) کھڑے ہو کر پیشاب کرنے سے (3) پیشاب کرنے کی جگہ وضو کرنے سے (4) کھڑے ہو کر پانی پینے سے (5) منہ سے چراغ بجھانے سے (6) دانت سے ناخن کاٹنے سے (7) دن یا آستین سے منہ صاف کرنے سے

سات چیزوں کے کرنے سے خوشحالی آتی ہے:

(1) قرآن کی تلاوت کرنے سے (2) پانچوں وقت کی نماز پڑھنے سے (3) خدا کا شکر ادا کرنے سے (4) غریبوں اور مجبوروں کی مدد کرنے سے (5) گناہوں سے معافی مانگنے سے (6) ماں، باپ اور رشتہ داروں کے ساتھ اچھا برتاؤ کرنے سے (7) صبح کے وقت سورۂ یٰسین اور شام کے وقت سورۂ واقعہ پڑھنے سے

(شادی کا مقدس بندھن)

صبح کے وقت اگر کسی دیور نے جلدی میں نیند سے بیدار کر کے ناشتہ مانگ لیا تو ذرا بھی ناگواری کا اظہار نہیں کرتی۔میری بیٹی کی شادی پر میرے حالات بہت تنگ تھے ،اپنا ایک سونے کا سیٹ بیچ دیا اور میری بیٹی کو عزت سے رخصت کیا ،کبھی اپنی والدہ سے میری بہو نے کوئی شکایت نہیں کی۔ اول تو میری بہو والدہ کو فون کرتی نہیں اگر میں کہوں تو بڑے ادب سے جواب دیتی ہے کہ میری نانی کے ہر وقت فون اور دخل اندازی سے میری ماں پر خلع کا دھبہ لگا ہے۔میری سب سے التجا ہے کہ رشتے کرتے وقت ماں کی سزا بچیوں کو نہ دیا کریں ورنہ وہ کٹی ہوئی پتنگ بن جائیں گی۔ بیٹیوں کو 3 زیوروں سے ضرور آراستہ کریں۔صبر ،شکر ،قناعت۔عورت میں اگر وفا ہو تو پھر اللہ کے فضل سے ہر آزمائش سے نکل جاتی ہے پھر اللہ پاک اس کی باگ دوڑ سنبھال لیتا ہے۔وہی اس کا حامی و ناصر ہو جاتا ہے۔

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

میری اجڑی دنیا پھر سے آباد ہوگئی۔ایسے محسوس ہوتا ہے جیسے میں سب سہارے ہوتے ہوئے بھی بے سہارا تھی اور روحانی محفل کی وجہ سے مجھے ایک مستقل سہارا مل گیا۔میں اور میرے گھر والے بہت شوق اور اہتمام کے ساتھ ماہانہ روحانی محفل میں شریک ہوتے ہیں۔روحانی محفل سے میرے خاوند کو امریکہ میں اچھا روزگار ملا۔میری بیٹیوں کے اچھی جگہ رشتے ہوئے اور وہ ہنسی خوشی اپنی زندگی گزار رہی ہیں۔میرا بیٹا بہت نافرمان تھا۔تین یا چار بار اس نے ماہانہ روحانی محفل میں میرے ساتھ شرکت کی اب وہ فرمانبردار ہوگیا اور اللہ پاک نے اس کو اپنے والد کے پاس امریکہ میں پڑھائی کے لیے بلا لیا ہے اور اس میں عاجزی کی انتہا پیدا ہو چکی ہے۔اس کے علاوہ میں بھی حکیم صاحب سے مسلسل رابطے میں ہوں اور وقتاً فوقتاً اپنی روحانی کیفیات ان کو عرض کرتی رہتی ہوں۔پھر جو وظیفہ مجھ کو بتاتے ہیں بہت شوق اور لگن سے پڑھتی ہوں۔ماہانہ روحانی محفل کی برکت سے حرام کاموں سے بچنا ،چغلی جھوٹ سے بچنا ،دل لگا کر عبادت کرنا ،نماز کی پابندی ،صفائی کا خیال رکھنا ،رزق حلال کی فکر کرنا بہت آسان ہوگیا ہے۔میری تمام قارئین سے درخواست ہے کہ وہ بھی ماہنامہ عبقری میں شائع ہونے والی روحانی محفل میں ضرور شریک ہوا کریں ،ان شاء اللہ ضرور فائدہ ہوگا۔ (شازیہ۔فیصل آباد)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اوراس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ماہِ نومبر کے جوابات:

☆محترم طاہر صاحب پریشان نہ ہوں، میرا آزمودہ نسخہ ہے، آپ بادام اور کشمش ہم وزن آدھے کپ پانی میں بھگو دیجئے اور صبح اٹھ کر پہلے نماز پڑھیئے، تلاوت قرآن پاک سے فارغ ہو کر کم از کم آدھ گھنٹہ سیر کر کے بادام اور کشمش کھا کر ایک گلاس دودھ پی لیجئے، ان شاء اللہ چند دنوں میں خود فرق محسوس کریں گے۔ (زمان منیر، گوجرہ)

☆بہن طیبہ پریشان نہ ہوں۔ آپ صبح کو نہار منہ چار گلاس پانی پئیں، نماز اور تلاوت سے فارغ ہو کر کم از کم دس منٹ کھلی آب و ہوا میں چہل قدمی ضرور کریں۔ اس کے علاوہ آٹا چھانے کے بغیر استعمال کریں۔ بیجوں والے امرود لیموں ڈال کر چاٹ بنا کر کھایئے، ان شاء اللہ چند دنوں میں قبض سے نجات مل جائے گی۔ (مسز رمضان، ملتان)

☆محترم رحیم داد خان صاحب ہمارے رسول پاک ﷺ نے مسواک کی تاکید فرمائی ہے۔ جو لوگ مسواک کے عادی ہیں، ان کے دانت ٹھیک رہتے ہیں، انہیں دانتوں کی کوئی بیماری نہیں ہوتی۔ آپ بچوں کو نیم یا کیکر کی مسواک دیں، اس سے ان کے دانت صحیح ہو جائیں گے (امیر اسلم نیازی، میانوالی)

☆محترم سعید صاحب پیٹ کے درد اور پیٹ کی ہر بیماری کے لیے عبقری کی جوہر شفاء مدینہ لاجواب دوائی ہے۔ اوپر دی ہوئی ہدایت کے مطابق استعمال کریں۔ میری اور میرے گھر والوں کی آزمودہ دوائی ہے۔ (غلام رسول۔ فیصل آباد)

☆بہن فریحہ جھریوں کے لیے ایک نسخہ تحریر ہے۔ ضرور استعمال کریں اور دعاؤں میں یاد رکھیے۔ گلاب کا عرق ایک پیالی کی مقدار ناپ کر اس میں گلیسرین بمقدار آدھا چمچہ، پسی ہوئی پھٹکڑی دو چٹکیاں اور ایک لیموں کا رس نچوڑ کر رکھ لیجئے۔ جب بھی منہ ہاتھ دھوئیں، انہیں خشک کر کے یہ اچھی طرح مل لیں، فرق خود محسوس کریں گی۔ (حمیرا گل۔ لاہور)

☆محترم عمر صاحب کلونجی دس گرام اور زیتون کا تیل بمقدار 50 گرام ملا کر ہلکی آنچ پر پانچ منٹ پکا کر رکھ لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر چھان کر شیشے کی بوتل میں محفوظ کر لیں۔ دو چار دن اس تیل کے دو تین قطرے کان میں رات کو سوتے وقت ڈالیے۔ ان شاء اللہ شفا ہو گی۔ (غلام قادر، جھنگ)

☆محترم تحسین انور پریشان نہ ہوں، آپ کسی بھی وقت نیم گرم پانی میں پاؤں ڈبو کر پانچ سے سات منٹ کے لیے بیٹھا کیجئے، اس سے پاؤں کو آرام آتا ہے۔ باری باری گرم اور ٹھنڈے پانی میں پاؤں ڈبونے سے درد ختم ہو جاتا ہے۔ (حاجی عبداللطیف، سعودی عرب)

ماہِ دسمبر کے سوالات:

☆میرے سر کے بال بہت زیادہ گرتے ہیں۔ اگر یہی رفتار رہی تو بہت جلد گنجا ہو جاؤں گا۔ میری عمر بائیس سال ہے۔ اس وجہ سے ہر وقت پریشان رہتا ہوں (آصف جاوید۔ لاہور)

☆ مجھے چھپکلی سے بہت زیادہ ڈر لگتا ہے، جس گھر میں رہتی ہوں، وہاں بہت زیادہ چھپکلیاں ہیں، انہیں میں کیسے بھگاؤں۔ (زیب النساء۔ پھول نگر)

☆ چہرے کی رنگت کیسے صاف ہو اس کے لیے آسان سا اور آزمودہ گھریلو ٹوٹکہ بتائیں۔ شکریہ۔ (سمعیہ۔ بہاولنگر)

☆میری عمر 60 سال ہے، ایک کمپنی میں الیکٹریشن تھا۔ دو تین سال سے پیشاب کی تکلیف میں مبتلا ہوں۔ ڈاکٹروں کی رائے میں یہ پراسٹیٹ گلینڈ کی تکلیف ہے۔ آپریشن کا مشورہ دیا ہے۔ میں آپریشن نہیں کروانا چاہتا۔ برائے کرم کوئی شخص اس مرض کے متعلق اپنا آزمودہ علاج تحریر کرے۔ (سید امام۔ سیالکوٹ)

☆پانچ چھ سال قبل اسکوٹر پر سے گر گیا تھا۔ اس وقت سر پر چوٹ لگی تھی اگرچہ میں بے ہوش نہیں ہوا تھا۔ اس وقت سے میرا حافظہ متاثر چلا آ رہا ہے۔ یادداشت بھی کمزور ہے اور اعصاب بھی کمزور ہو گئے ہیں۔ کوئی مخلص اس مرض سے نجات کے لیے صحیح علاج بتائے۔ (شہاب الدین۔ سرگودھا)

☆مجھے تلاوت کرنے اور نعت پڑھنے کا حد سے زیادہ شوق ہے۔ مگر میری آواز چند لمحوں کے بعد خراب ہو جاتی ہے۔ اس طرح سکول میں جب بھی کوئی مباحثہ ہو تو تھوڑی دیر اچھے دلائل دینے کے بعد خاموش ہو جاتی ہوں۔ (نیلم۔ سکھر)

☆میرے گھٹنے میں شدید درد رہتا ہے۔ جس کی وجہ سے چلنا پھرنا محال ہے۔ نماز بھی صحیح طریقے سے ادا نہیں کر سکتا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ تمہارے گھٹنوں کا آپریشن ہو گا۔ میں آپریشن کا خرچہ برداشت نہیں کر سکتا۔ میں اس مرض کی وجہ سے بہت زیادہ پریشان ہوں۔ (رانا بشیر۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ)

مرکزِ روحانیت و امن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے، جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں۔ جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

محمد اویس خان، لاہور۔ محمد کامران، کراچی۔ محمد اصغر، لاہور۔ احسن انجم، لاہور۔ زبیر، رابعہ، سوڈان۔ حارث، غلام امین، امیر نواز، پشاور۔ حافظ عمران، لاہور۔ اصغر، لاہور۔ عمران، عبدالرحمٰن، عدنان، رضوان، لاہور۔ علی، بہاولپور۔ واجد بخاری، احمد پور شرقیہ۔ محمد طیب، لاہور۔ انجم احسن، لاہور۔ توفیق احمد، بنو عاقل۔ غلام مرتضےٰ، بنو عاقل۔ اویس ملک، شائستہ اویس، اسلام آباد۔ رشید الدین ڈار، سیالکوٹ۔ محمد عدنان، عبدالرحمٰن، محمد رضوان، کراچی۔ حبیب اللہ، نواب شاہ۔ عظمت علی، بہاولپور محمد اصغر، لاہور۔ عمران، لاہور۔ پروین صاحبہ، کراچی۔ نورالرحمٰن، پشاور۔ سلیمان، لاہور۔ تسنیم شہزار، فیصل آباد۔ فوزیہ نصرت، علی، فاطمہ، آمنہ، طارق، ملتان۔ انیلہ، گوجرانوالہ۔ محمد آصف، پشاور۔ محمد طیب، لاہور۔ منصور عالم، بہاولپور۔ شاہد علی، کھریانوالہ۔ سلطان عالم، ملتان۔ تسنیم شہزاد، فیصل آباد۔ علی شہزاد، نواب شاہ۔ عدیل، راولپنڈی۔ ضیاء الرحمٰن فاروقی، سرگودھا۔ اجمل فاروق، سرگودھا۔ سلطان احمد، اسلام آباد۔ عمارہ سلطان، اسلام آباد۔ انجم افشاں، لاہور۔ محمد عروج اکرام، منڈی بہاؤالدین۔ عظمت علی، بہاولپور۔ شیخ جعفر علی، لاہور۔ محمد اصغر، لاہور۔ محمد فربہ، کراچی۔ جمیلہ بیگم، لاہور۔ عمیرا، لاہور۔ منظور حسین، ماموں کانجن۔ نور محمد، کراچی۔ حمیدہ، فہمیدہ، کراچی۔ روبینہ جاوید، اسلام آباد۔ نصرت شاہ، ملتان۔ صابرہ بیگم، کراچی۔ صداقت نیازی، لاہور۔ گلزار احمد، کوئٹہ۔ محمد اسلم، لاہور۔ اعجاز احمد، لاہور۔ انیلا رشید، گوجرانوالہ۔ نوشین داؤد، سیالکوٹ۔ عارفہ مشتاق، سیالکوٹ۔ فوزیہ نصرت، ملتان۔ محمد اکمل ریحان، سرگودھا۔ محمد اصغر، لاہور۔ شاہد علی، لاہور۔ شہزاد احمد، لاہور۔ محمد خان، کوئٹہ۔ چوہدری نیاز احمد، جہانیاں۔ رانا زاہد علی، لاہور۔ شبانہ تنویر، کراچی۔ رقیہ خاتون، کراچی۔ سلمیٰ، گوجرانوالہ۔ سید محمد ابوذر، نور جہاں خاتون، کراچی۔ فوزیہ نصرت شاہ، ملتان۔ میاں نیاز، کلووال سیالکوٹ۔ اس کے علاوہ اور بے شمار نام جو جگہ کی کمی کی وجہ سے تحریر نہیں کر سکے۔

سینہ کے درد سے نجات: بِسْمِ اللّٰہِ رَبِّ اشْرَحْ لِیْ صَدْرِیْ وَ یَسِّرْ لِیْ اَمْرِیْ یہ والی آیت کاغذ پر لکھ کر پانی میں گھول کر پلائیں، اور کاغذ پر لکھ کر درد والی جگہ پر باندھیں

ہیپاٹائٹس اور دانت کے کیڑوں سے نجات

حکیم صاحب نے مجھے کشتہ فولاد کھانے کے لیے دیا اور کہا کہ آپ دو ہفتے تک یہ دوا استعمال کریں ان شاء اللہ آپ کو کافی فائدہ ہوگا۔ اللہ تعالیٰ کا نام لیکر یہ دوا کھانا شروع کردی اور دو ہفتہ بعد میری پریشانی تقریباً 80 فیصد تک ٹھیک ہوگئی

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں لیکن لکھیں ضرور۔ (ادارہ)

فولاد سے ہیپاٹائٹس ٹھیک ہوا

جناب حکیم محمد طارق محمود صاحب السلام علیکم! میں چند امراض میں مبتلا تھا۔ لیکن زیادہ تشویش ناک مرض امراض قلب تھی۔ جس کے لیے میں نے کافی علاج کرایا مگر فائدہ نہ ہوا۔ مجھے دل کی دھڑکن بند ہوجانے کی شکایت تھی اور بلڈ پریشر زیادہ رہتا تھا۔ اتفاق سے میں نے ایک ڈاکٹر صاحب کو چیک اَپ کرنے کا کہا تو انہوں نے بتایا باقی ٹیسٹ تو ٹھیک ہیں لیکن جگر کا مسئلہ ہے۔ تمہارا ALT (96) ہے۔ یاد رہے کہ مجھے HPC بھی ہے جس کی وجہ سے یہ مسئلہ شروع ہوا۔ علاج کروانے کے باوجود بھی فائدہ نہ ہوا۔ آخر کار میں ایک جاننے والے حکیم اور کچھ روحانی علم رکھنے والے شخص کے پاس چلا گیا انہوں نے مجھے کشتہ فولاد کھانے کے لیے دیا اور کہا کہ آپ دو ہفتے تک یہ دوا استعمال کریں ان شاء اللہ آپ کو کافی فائدہ ہوگا۔ اللہ تعالیٰ کا نام لیکر یہ دوا کھانا شروع کردی اور دو ہفتہ بعد میری پریشانی تقریباً 80 فیصد تک ٹھیک ہوگئی۔ ابھی دوائی جاری ہے اور بلڈ پریشر بھی اب کچھ معمول پر آگیا ہے۔ اگر کوئی صاحب یہ دوا استعمال کرنا چاہے تو بازار سے 35 روپے کی ڈبی مل جائیگی۔ مقدار خوراک کالی مرچ کے وزن کے برابر دن میں تین بار دودھ کے ہمراہ۔

(محمد محمود۔ اسلام آباد)

دانت اور لہسن کی کرامت

میں اپنی زندگی کا ایک طبی تجربہ لکھ رہا ہوں۔ امید ہے عوام الناس کی فلاح کے لیے عبقری میں شائع کریں گے۔ تقریباً دو ڈھائی سال پہلے میں دوپہر کا کھانا کھا رہا تھا کہ اچانک میرے دانت میں درد شروع ہوا۔ میں نے آئینے میں دیکھا تو کیڑا لگنے کی وجہ سے دانت بالکل ختم ہو چکا تھا۔ ماہِ رمضان بھی شروع ہونے والا تھا اور میں دانت نکالنے سے ڈر محسوس کر رہا تھا۔ ڈاکٹروں نے مختلف فیسیں بتائیں۔ 2500 سے لیکر 5000 روپے تک لیکن میں کسی بھی طرح رمضان المبارک کے مہینے میں دانت نکلوانے کے لیے تیار نہ تھا۔ لیکن میں دانت کے شدید درد سے بھی مجبور تھا۔ کئی دیسی نسخے استعمال کیے لیکن فائدہ نہ ہوا۔ آخر کار کسی نے لہسن کا نسخہ بتایا کہ لہسن کا چھلکا اتار و اور اس کو توڑو اور جتنا حصہ کیڑے والے دانت میں آسکتا ہے سوتے وقت اس کو رکھو اور ساتھ مسواک بھی استعمال کرو۔ چنانچہ میں نے ایسا ہی کیا۔ بُو بڑی ناگوار تھی لیکن درد کے ہاتھوں میں مجبور تھا۔ چند دنوں میں میری تکلیف رفع ہوگئی اور آج تک مجھے وہ تکلیف دوبارہ عود کر نہیں آئی مگر میں نے مسواک کا ساتھ بھی نہیں چھوڑا۔ مسواک میں دین اور دنیا دونوں کی عافیت ہے۔ زیادہ تر لوگ مسواک کے صحیح استعمال سے ناواقف ہیں۔ ہم صفائی اس کو کہتے ہیں جو سامنے والے (دانت جو نظر آرہے ہیں) صاف ہوں۔ حالانکہ مسواک وغیرہ تمام دانتوں (اوپر اور نیچے) آگے اور پیچھے سارے دانتوں پر پھیرنی چاہیے تاکہ دانتوں میں کوئی خوراک کا ذرہ باقی نہ رہے۔ کیونکہ یہی معمولی خوراک کا ذرہ ہماری دانتوں کی تباہی کا باعث بنتا ہے۔

(فرمان علی۔ خیبر روڈ پشاور)

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی**

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

21 دسمبر بروز اتوار کے دن صبح 11 بج کر 32 منٹ سے لے کر دوپہر 2 بج کر 45 منٹ کے درمیان ہماری روحانی محفل ہوگی۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد صبح 11 بج کر 32 منٹ سے لے کر 2 بجکر 45 کے درمیان **اَلرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم** صرف 72 منٹ تک یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فیصد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ 72 منٹ پورے ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلّے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کرسکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہٗ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

اجڑی دنیا پھر سے آباد ہوگئی

محترم حکیم صاحب! اسلام علیکم کے بعد عرض ہے کہ میں ماہنامہ عبقری کی شروع سے ہی مستقل قاری ہوں۔ عبقری کی وجہ سے ہماری بہت سی مشکلات حل ہوئی ہیں۔ اس میں چھپنے والے عملیات اور نسخہ جات بہت کارآمد ہوتے ہیں۔ جن کو میں نے خود آزمایا اور دوسروں کو بھی بتایا لیکن جب سے عبقری میں ماہانہ روحانی محفل کا سلسلہ شروع ہوا ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

شادی کا مقدس بندھن......

(بیگم مخدوم شیر عالم۔ ملتان)

میری بہو دیوروں کے کپڑے تک استری کرتی ہے۔ صبح کے وقت اگر کسی دیور نے جلدی میں نیند سے بیدار کر کے ناشتہ مانگ لیا تو ذرا بھی ناگواری کا اظہار نہیں کرتی۔ میری بیٹی کی شادی پر میرے حالات بہت تنگ تھے۔ اس نے اپنا ایک سونے کا سیٹ بیچ دیا اور میری بیٹی کو عزت سے رخصت کیا۔

السلام علیکم! آپ کا رسالہ پڑھنے کا اتفاق ہوا۔ آپ نے نئے لکھنے والوں کو دعوت دی ہے کہ وہ کوشش کریں، نوک پلک ہم سنواریں گے۔ ادنیٰ سی کوشش حاضر ہے۔ گو میں مستقل لکھنے والی نہیں ہوں مگر ایک سچے واقع نے مجھے قلم اُٹھانے پر مجبور کر دیا ہے۔ ہمارے علاقے میں ایک طاہرہ نام کی عورت رہتی تھی۔ اس کے بیٹے کی منگنی بڑی دھوم دھام سے ہوئی۔ لڑکی بہت پیاری تھی۔ سب طاہرہ کی قسمت پر رشک کر رہے تھے۔ ایک ماہ بعد طاہرہ مجھے ملنے آئی۔ میں نے پوچھا بیٹے کی کب شادی کر رہی ہو؟ کہنے لگی میں تو منگنی توڑنے کا سوچ رہی ہوں۔ بہت پریشان ہوں۔ میں نے کہا ایسا کیوں کر رہی ہو؟ اس نے بتایا کہ لڑکی کی ماں جو اپنے بھائیوں کے گھر میں رہتی ہے اس نے کہا تھا کہ لڑکی کے باپ نے امریکہ جا کر شادی کر لی ہے اور مجھے طلاق دے دی ہے لیکن اب پتہ چلا ہے کہ لڑکی کی ماں نے خلع لیا ہے۔ معمولی سی بات پر لڑکی کی ماں نے یہ قدم اٹھایا تھا۔ لڑکی کا باپ نہایت شریف اور عزت دار آدمی تھا۔ اس عورت کا مطالبہ تھا کہ میں علیحدہ رہوں گی جبکہ اس کے ساس سسر بوڑھے تھے اور اس کا خاوند اس کو علیحدہ گھر مہیا نہیں کر سکتا تھا۔ لڑکی کی نانی نے اپنی ضد اور انا کی بنا پر اس سے طلاق لے لی۔ اُس کے خاوند نے اسے طلاق نہیں دی تھی بلکہ اس نے خود جا کر عدالت سے خلع لے لیا تھا۔ پھر طاہرہ کہنے لگی اگر ماں کا یہ کردار ہے تو بیٹی کا بھی یہی کردار ہوگا۔ مجھے تو اپنا بڑھاپا نظر آ رہا ہے اور میں نے اس عمر میں ابھی ہوم نہیں جانا ہے۔ میرا دل بہت خراب ہوا۔ لڑکی کی معصوم شکل یکا یک میرے تصور میں گھومنے لگی۔ میں نے طاہرہ سے کہا" ماں کی سزا بیٹی کو "یہ کہاں کا انصاف ہے؟ خلع تو آج کل عدالتوں میں جج یوں بانٹ رہے ہیں جیسے ریوڑیاں بٹ رہی ہوں۔ پہلے والدین لڑکی کو بٹھا لیتے تھے مگر طلاق یا خلع اُن کے لیے ایک ناسور سے کم نہیں ہوتا تھا۔ مائیں رخصتی کے وقت یہی کہتی تھیں، بیٹی سسرال کے ہاں سے اب تمہارا جنازہ ہی نکلے گا۔ بیٹی وہ بات پلے باندھ لیتی تھی۔ وہ اپنا تن من دھن سسرال والوں کی خدمت میں لگا دیتی تھی اگر بیٹی روٹھ بھی رہی ہوتی اور والدین آ جاتے تو فوراً وہ سر درد کا بہانہ بنا لیتی تھی۔ جب لڑکی کی شادی ہوتی ہے تو میکہ پیچھے رہ جاتا ہے، سسرال آگے آ جاتا ہے۔ سسرال کسی جنت کا نام نہیں ہے، جنت بنانا پڑتا ہے۔ ایک وقت آتا ہے کہ لڑکی سب پر راج کرتی ہے۔ صبر، شکر اور قناعت سے عزت ملتی ہے اگر ماں باپ نے تحفظ کا سگنل دیا تو لال بتی جلنے سے پہلے لڑکی گھر کی دہلیز پار کر کے میکہ آباد کر لیتی ہے۔ لڑکی کی آنکھ اس وقت کھلتی ہے۔ جب ماں باپ رخصت ہو جاتے ہیں۔ بھابھیاں آ جاتی ہیں پھر وہ سوچتی ہے باپ کے محل سے تو خاوند کی جھونپڑی اچھی تھی۔ جب ایک عورت ماں بنتی ہے اس کا سارا غرور، ضد اور انا سب ختم ہو جاتی ہے اگر وہ اس کو برقرار رکھتی ہے تو اس کا گھر مشکل سے ہی آباد رہ سکتا ہے۔ شادی کا مقدس بندھن اتنا کمزور ہے کہ جب مرد کا دل چاہے طلاق دے دے یا عورت چاہے خلع لے لے۔ جو اس رشتے کو توڑنے میں پہل کرے، اسے اسی دنیا میں (چاہے مرد ہو یا عورت) سزا ملتی ہے۔ نبھانے والی عورتیں تو سوکنوں کے ساتھ بھی نبھا جاتی ہیں۔ چھ چھ نندوں کو اپنی قربانیوں سے رخصت کرتی ہیں۔ مرد کا بوجھ بٹانے کے لیے اپنی زندگی قربان کر دیتی ہیں۔

بڑے سچ کہتے ہیں کہ لڑکی سے زیادہ ماں کو دیکھو۔ میں نے طاہرہ کے آگے ہاتھ جوڑ کر کہا کہ ماں کی سزا بیٹی کو نہ دو۔ ہو سکتا ہے وہ لڑکی ماں کی اس جلد بازی سے سنبھل گئی ہو۔ اس میں قوت برداشت آ گئی ہو، ایسی لڑکیاں زیادہ اچھا گزارہ کرتی ہیں۔ وہ اس لیے ایسا کرتی ہیں کہ وہ ماں کا داغ دھونا چاہتی ہیں۔ شکر ہے کہ میری یہ بات طاہرہ کے دل کو لگی۔ شادی ہو گئی! طاہرہ کے بیٹے کی شادی ہونے کے کچھ عرصہ بعد میری طاہرہ سے ملاقات ہوئی تو میں نے پوچھا سناؤ! کہنے لگی میری بہو بہت تابعدار ہے۔ میں تو ایسے زندگی گزار رہی ہوں، جیسے جنت میں میرے بقیہ دن گزر رہے ہوں حالانکہ میری بہو ماں کے گھر کوئی کام نہیں کرتی تھی۔ اس نے آتے ہی کچن سنبھال لیا ہے۔ میری بہو تو کنواری نندوں کو بھی کام نہیں کرنے دیتی کہتی ہے کہ تم مہمان ہو حتیٰ کہ دیوروں کے کپڑے استری کرتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

میتھی کی طاقت

سردی سے معدہ، امعاء، جگر، تلی، گردہ، مثانہ اور رحم میں ہونے والے امراض کے لیے میتھی قابلِ اعتماد غذا ہے۔

(مقصود بٹ۔ لاہور)

سالن کی لذت اور ذائقہ میں اضافہ کے لیے قصور کی میتھی کو بڑے اہتمام سے گھروں میں استعمال کیا جاتا ہے۔ اس سے کون واقف نہیں؟ اسکی خوشبو بہت عمدہ ہوتی ہے اور اس میں قدرت کاملہ نے بیش قیمت فوائد کو پنہاں کر رکھا ہے۔ کیا یہ صرف قصور میں ہی پیدا ہوتی ہے؟ نہیں بلکہ پاکستان و ہندوستان کے اکثر علاقوں میں یہ بکثرت پائی جاتی ہے اور اس کے بیجوں کو تخم حلبہ یا میتھی دانے کہتے ہیں جبکہ اس کے پتوں سے ساگ یا بھجیا تیار کر کے بڑی رغبت اور شوق سے کھائی جاتی ہے۔ آلو، چنے، قیمہ اور مچھلی کے ساتھ ملا کر بھی اس کا سالن تیار کیا جاتا ہے۔ اس کے تازہ پتوں کو مکئی کے آٹے میں گوندھ کر اور گھی لگا کر روٹیاں تیار کی جاتی ہیں جو بہت لذیذ اور دیہاتیوں کی پسندیدہ خوراک ہیں۔ اس کے بیجوں کو طبی اغراض و مقاصد کے لیے استعمال کرنے کے علاوہ اسکی خوشبو، ذائقہ اور دیگر طبی خصوصیات کی مناسبت سے اچار میں بھی ڈالتے ہیں۔

میتھی کا مزاج گرم اور خشک ہوتا ہے۔ اس لئے بلغمی امراض میں نافع ہے۔ اسکو بلغمی کھانسی، اجتماع بلغم، لقوہ، رعشہ اور فالج میں علاج بالغذا کی حیثیت سے استعمال کرتے ہیں۔ نیز دیگر ادویہ کے ساتھ ساتھ بطور غذا بھی اسکا استعمال مفید ہے۔ میتھی میں پائے جانے والے قدرتی ریشے ہمارے جسم کے عضلات کو تقویت پہنچاتے ہیں۔ ان سے امعاء، مثانہ اور رحم کے عضلات میں تحریک پیدا ہو کر ان کے عمل میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس کے استعمال سے قبض دور ہو جاتی ہے۔ پیشاب اور حیض کی تکالیف میں بھی افاقہ ہوتا ہے۔ خصوصاً سردی سے معدہ، امعاء، جگر، تلی، گردہ، مثانہ اور رحم میں ہونے والے امراض کے لیے قابلِ اعتماد غذا ہے۔ معدہ کی قوت اور ہاضمہ میں اس سے تیزی پیدا ہو جاتی ہے نیز اسکے استعمال سے جسمانی کمزوری، اعصابی کمزوری، نفخ، عظم طحال، اور کمر کے درد میں بہت فائدہ ہوتا ہے۔ دور جدید کے عسیر العلاج مرض وجع المفاصل، گنٹھیا اور نقرس میں بھی اسکے استعمال سے افاقہ ہوتا ہے۔ بخاروں کی حالت میں موزوں اور مناسب غذا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 17 پر)

جلنے سے سوزش کا خاتمہ: جسم کا جو حصہ آگ سے جل گیا ہو وہاں انڈے کی سفیدی لگائیں۔ اس طرح نہ سوزش رہے گی اور نہ ہی آبلہ پڑے گا۔

دل کی تکلیف ✽ نوکری کی تلاش ✽ سوتیلی ماں کا ناروا سلوک ✽ طلاق کی دھمکیاں ✽ وہم کا ہونا

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

بیماری سے ذہنی پریشان

میں جسمانی تکالیف اور امراض میں مبتلا رہتی ہوں، پہلے مجھے بخار ہوا جو دو ماہ بعد جاکر ختم ہوا پھر دونوں ہاتھوں میں جلدی مرض ہوگیا۔ وہ چار ماہ بعد جاکر بمشکل دور ہوا۔ اب ایک دوسرا جلدی مرض ظاہر ہوگیا ہے جس کا علاج کرا رہی ہوں، میں نماز کی پابند ہوں اور **یَاحَیُّ یَا قَیُّوْمُ** کا ورد میں نے شروع کیا ہے۔ مسلسل بیماری نے مجھے ذہنی طور پر پریشان کیا ہوا ہے اور طرح طرح کے خدشات ستاتے رہتے ہیں۔ (شازیہ، کراچی)

جواب: صبح و شام پانی پر چھیاسٹھ مرتبہ **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ، یَا اَللّٰہُ، یَا رَحِیْمُ، یَا مُرِیْدُ** دم کرکے پی لیا کریں۔ فی الحال **یَاحَیُّ یَا قَیُّوْمُ** کا ورد نہ کریں صرف مذکورہ وظیفے پر عمل کریں۔ کم از کم تین ماہ عمل کیا جائے۔ انشاء اللہ ذہنی پریشانیوں اور امراض کی زیادتی سے اللہ تعالیٰ محفوظ فرمائیں گے۔

نوکری کی تلاش

میں بی اے کے بعد دو سالوں سے نوکری کی کوشش کر رہا ہوں لیکن کامیابی نہیں ہوتی۔ شاید میرے پاس سفارش نہیں ہے۔ والد صاحب ضعیف ہیں اور گھر کی ذمہ داریاں مجھ پر آرہی ہیں لیکن انہیں ادا کرنے میں دشواریاں بڑھتی جارہی ہیں' ایک چھوٹی سی دکان ہے جس سے گھر کا گزارہ مشکل ہے۔ والد صاحب کی خواہش ہے کہ میں جلد نوکری پر لگ جاؤں تاکہ مالی بوجھ ہلکا ہو جائے لیکن قسمت راضی نہیں ہے۔ ایک جگہ درخواست دی ہوئی ہے لیکن کامیابی کی امید کم ہے۔ کئی وظائف پڑھے لیکن نوکری نہیں ملی۔ ایک بزرگ نے بتایا کہ شاید نوکری تمہاری قسمت میں نہیں ہے۔ ویسے میرا ذہن بھی تیز نہیں چلتا یہ بھی بڑی مشکل ہے۔ (فاروق میمن، ہالا)

جواب: نماز فجر کے بعد تین سو بار "**یَا بَاسِطُ**" اور نماز عشاء کے بعد 66 بار "**اَللّٰہُ لَطِیْفٌ بِعِبَادِہٖ یَرْزُقُ مَنْ یَّشَآءُ وَ ھُوَ الْقَوِیُّ الْعَزِیْزُ**" پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے فراخی رزق کیلئے دعا کریں۔ کوئی نہ کوئی کام ضرور کرتے رہا کریں چاہے دکان سے متعلق ہی کیوں نہ ہو۔ اللہ تعالیٰ کسی نہ کسی ذریعے سے آپ کو مالی آسودگی فراہم کردیں گے' محض نوکری کو ذہن میں رکھنا درست نہیں ہے۔

وہم کا ہونا

میری دادی کا انتقال ہوگیا ہے، میری آنکھوں کے سامنے ان کا چہرہ آتا رہتا ہے اور ان کی باتیں بار بار ذہن میں آتی ہیں ان باتوں سے طبیعت خراب ہوجاتی ہے اور سر میں درد ہونے لگتا ہے۔ آدھی رات کو آنکھ کھل جائے تو بھی ان کا چہرہ نگاہ کے سامنے آجاتا ہے۔ دوسری بات یہ ہے کہ مجھے وہم بھی بہت ہوتا ہے۔ اکثر یہ خیال آتا ہے میں جلد مرنے والا ہوں، ان سب باتوں کی وجہ سے میرے اندر اعتماد اور یقین کم ہوگیا ہے۔ (قمر الزمان، کراچی)

جواب: نماز عشاء کے بعد ایک تسبیح "**اَلْعَظَمُ لِلّٰہِ مَالِکِ السَّمٰوٰتِ**" کی پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس وظیفے کو کم از کم چالیس روز پڑھیں۔ ان شاء اللہ مذکورہ بالا تمام خیالات اور واہموں کا سدباب ہو جائیگا اور ذہن ایک نقطے پر مرکوز ہوجائے گا۔

رشتہ میں رکاوٹ

رشتے آتے ہیں لیکن بات آگے نہیں بڑھتی' میری شکل و صورت بھی اچھی ہے اور گھرانہ بھی اچھا ہے لیکن رشتہ طے ہونے میں ہمیشہ رکاوٹ آجاتی ہے۔ مجھ سے چھوٹے بھائی کی شادی ہو چکی ہے اور بہن کا نمبر ہے۔ میں کئی وظائف اب تک پڑھ چکی ہوں لیکن ابھی تک کوئی نتیجہ ظاہر نہیں ہوا ہے۔ (نورین شاہ، رانی پور)

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد چھیاسٹھ مرتبہ **لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْوَاسِعُ الْوَدُوْدُ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے فضل و کرم کی دعا کیا کریں اور کم از کم نوے دنوں تک اس وظیفے پر عمل پیرا ہوں۔ مجبوراً جو ایام ترک ہو جائیں وہ شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔

بے دام غلام

ہمارا بھائی ایک لڑکی سے بہت متاثر ہے بلکہ اس کا بے دام غلام بن چکا ہے۔ ہماری نظروں میں وہ لڑکی اچھی نہیں ہے اور اپنا کام نکال رہی ہے۔ ہمارے والد بوڑھے ہیں اور بیمار رہتے ہیں۔ گھر کے حالات و معاملات میں بھائی کی توجہ کی ضرورت ہے لیکن وہ لڑکی اور اس کے گھر والوں کی خدمت میں لگا رہتا ہے اور ان کے کئی کام کرچکا ہے۔ اس لڑکی کی وجہ سے گھر میں آئے دن جھگڑا ہو جاتا ہے اور بھائی گھر والوں کیلئے نازیبا الفاظ استعمال کرتا ہے۔ ہمارے گھر کا حال بھی اچھا نہیں۔ کرائے کا مکان ہے اور بمشکل گزارا ہو رہا ہے۔ بہنوں کی شادیوں کی فکر سب کو کھائے جارہی ہے لیکن بھائی سب سے بے پرواہ ہوگیا ہے۔ (ظہیر خان، دیپالپور)

جواب: والدہ سے کہیں کہ وہ نصف رات گزرنے کے بعد ایک سو ایک بار **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** پڑھ کر بیٹے کا تصور کریں اور دم کردیا کریں۔ اگر کسی وجہ سے والدہ یہ عمل نہ کرسکیں تو کوئی بہن یہ عمل کرے۔ مستقل یہ عمل جاری رکھا جائے۔ بھائی سے الجھنے اور لعنت ملامت کرنے سے گریز کریں تاکہ اس کے ذہن میں شدت پسندی نہ پیدا ہو۔ اللہ تعالیٰ نے چاہا تو جلد نتائج ظاہر ہوں گے۔

سوتیلی والدہ کا ناروا سلوک

والد صاحب نے والدہ کی وفات کے بعد دوسری شادی کر لی۔ سوتیلی والدہ کا سلوک روایتی سوتیلی ماؤں والا ہے۔ والدہ نے میرا نکاح اپنے ایک عزیز سے کردیا جو پرلے درجے کا نکما اور آوارہ ہے اور جسے میں سخت ناپسند کرتی ہوں۔ یہ کام انہوں نے رشتہ داروں کی محبت اور جائیداد کیلئے کیا ہے۔ مجھے پڑھا لکھا کر بھی انہوں نے میرے ساتھ یہ

سلوک کیا ہے۔ لوگوں کی نگاہیں میری جائیداد پر ہیں۔ کوئی ایسا شخص نہیں ہے جو میری طرف سے کچھ کہہ سکے۔ میرا دل دنیا سے اچاٹ ہوتا جارہا ہے۔ (ش ، لاہور)

جواب: نماز فجر اور نماز عصر کے بعد ایک سوایک بار **یَااَللّٰہُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے اپنے مسائل پر خصوصی نظر کرم کی دعا کیا کریں۔ اس ورد کو اپنا معمول بنا لیں۔ انشاء اللہ آپ کیلئے بہتری کا راستہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے کوئی نہ کوئی سامنے آجائے گا۔ اللہ تعالیٰ پر یقین قائم رکھیں اور مایوس نہ ہوں۔

جسم پر لرزہ طاری ہوگیا

ایک بار نماز ادا کرنے مسجد گیا تو نماز کے دوران دل دھڑکنے لگا اور جسم پر لرزہ طاری ہوگیا۔ کوشش کے باوجود خود پر قابو نہ پا سکا اور یہ کیفیت بڑھتی گئی۔ بڑی مشکل سے نماز ادا کی۔ اس کے بعد سے جب بھی مسجد میں نماز باجماعت ادا کرنے کی کوشش کی، کامیاب نہ ہوا۔ امام صاحب کی قرأت شروع کرتے ہوئے خوف سے بدن پر لرزہ طاری ہوجاتا ہے اور سانس تیز ہوجاتا ہے۔ اعصاب کھنچنے لگتے ہیں اور ٹانگیں جواب دینے لگتی ہیں۔ ویسے جسمانی صحت ٹھیک ہے اس بابت کوئی ورد وعمل بتائیں کہ یہ حالت ختم ہوجائے۔ اس بار حج کیلئے بھی جانا ہے اس لیے مزید پریشان ہوں۔ (فضل حسین، فیصل آباد)

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد پانی پر ایک بار سورۂ فاتحہ اور ایک بار سورۂ فلق دم کرکے پی لیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے وضو کرکے بیٹھ جائیں۔ دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر سات بار **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یَااَللّٰہُ یَاحَفِیْظُ یَا بَدِیْعُ یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ یہ عمل تین بار کیا جائے۔ انشاء اللہ بہت جلد اعصاب پر طاری ہونے والا خوف یا لرزہ ختم ہوجائے گا۔

حد سے زیادہ ڈرپوک

بچپن سے لیکر جوانی تک فضول اور لاحاصل زندگی گزار رہا ہوں۔ نہ دین کا رہا اور نہ دنیا کا ہوسکا۔ کئی سالوں سے بی اے میں مسلسل فیل ہورہا ہوں۔ پڑھتا رہتا ہوں لیکن کوئی بات ذہن میں نہیں رکتی۔ معمولی سی بات سمجھ نہیں سکتا۔ سوچنے سمجھنے کی قوتیں مفلوج ہوگئی ہیں۔ کسی کام میں دلچسپی نہیں رہی۔ سستی کاہلی و بے عملی نے گھیر رکھا ہے۔ شادی شدہ اور صاحب اولاد ہوں لیکن حد سے زیادہ ڈرپوک ہوں۔ کسی سے اپنا حق بھی نہیں مانگ سکتا۔ لوگ میرا مذاق اڑاتے ہیں بے وقوف سمجھتے ہیں۔ والدین مجھ سے مایوس ہیں۔ (حسن، کشمیر)

جواب: نماز فجر نماز ظہر اور نماز عشاء کے بعد سو مرتبہ **بِحَوْلِ وَقُوَّۃِ لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْمُھَیْمِنُ الْعَزِیْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَکَبِّرُ** پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ انشاء اللہ ذہنی طور پر فعال ہوجائیں گے اور بہت سے معاملات میں آپ کو امداد یقینی حاصل ہوگی۔ قوت ارادی بھی پوری طرح استعمال کرکے محنت اور کوشش سے کام لیا کریں۔

دل کی تکلیف

آج سے دو سال پہلے دل کی تکلیف ہوئی۔ اس وقت میری عمر سترہ سال ہے۔ اب حال یہ ہے کہ دل پر بوجھ رہتا ہے یوں لگتا ہے کہ میرے اندر ہر طرف اندھیرا ہے۔ کبھی تکلیف میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ یوں لگتا ہے کہ شریانوں میں خون رک رہا ہے۔ مجھے یہ مرض پریشان ومضطرب رہنے کی وجہ سے لاحق ہوا ہے۔ میں آپریشن وغیرہ کرانے سے بہت ڈرتی ہوں۔ (خانم بیگم، لاہور)

جواب: ضروری نہیں کہ آپ دل کے کسی مرض میں مبتلا ہوں۔ ذہنی دباؤ اور اعصابی کمزوری سے بھی اس طرح کی کیفیات وارد ہوسکتی ہیں۔ اس کیلئے ماہر ومستند معالج سے معائنہ کرائیں اور اس کے مشورے پر پوری طرح عمل کریں۔ انشاء اللہ جلد صحت حاصل ہوجائے گی۔ اس کے ساتھ ساتھ آپ روزانہ رات کو سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد وضو کرکے بیٹھ جائیں اور ایک بار اسم ذات اللہ پڑھ کر قلب کے مقام پر انگشت شہادت سے یہ اسم لکھ دیں اور پھر دم کردیں۔ علاوہ ازیں صبح کے وقت ناشتہ سے قبل پانی پر چھیاسٹھ مرتبہ **یَاحَیُّ قَبْلَ کُلِّ شَیْءٍ یَا حَیُّ بَعْدَ کُلِّ شَیْءٍ** دم کرکے پی لیا کریں۔

امتحان میں ناکامی

میں نے فرسٹ ایئر کا امتحان دیا اور پوری محنت کے باوجود پرچوں میں ناکام ہوگئی۔ مجھے فیل ہونے کی قطعاً امید نہ تھی۔ یہ صورت حال میرے لیے انتہائی پریشانی کا باعث بن گئی ہے اور کچھ سمجھ میں نہیں آتا۔ مجھے سال دوم میں داخلہ نہیں مل رہا ہے۔ سب لوگ کہہ رہے ہیں کہ سال اول کا امتحان دوبارہ دے دو لیکن میں پہلے ہی پوری محنت کے باوجود ناکام ہوچکی ہوں اور اس بات کو سب حیرت کی نگاہ سے دیکھتے ہیں اور انہیں یقین نہیں آتا۔ اس سے پہلی جماعتوں میں میرا یہ حال نہ تھا (نور العین۔ نوشہرہ)

جواب: نماز فجر کے بعد پانی پر ایک سوایک بار **یَا رَحِیْمُ** دم کرکے پئیں اور نماز عشاء کے بعد ایک سوایک بار **اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ** پڑھ کر دعا کیا کریں۔ امتحان کا نتیجہ آنے تک ان دونوں وظائف پر عمل کریں۔

اعتماد اور یقین کی کمی

میری عمر چودہ سال ہے۔ میرے اندر اعتماد اور یقین بے حد کم ہے۔ زبانی امتحان کے وقت استاد کوئی سوال پوچھتی ہیں تو حالت یہ ہوتی ہے کہ رونا آجاتا ہے اور بہت کچھ جانتے ہوئے بھی کچھ بتانے سے قاصر ہوجاتی ہوں، کوئی ورد ایسا بتائیں کہ میں اس حالت پر قابو حاصل کرلوں۔ (بہار بی بی، شیخوپورہ)

جواب: نماز فجر کے فوراً بعد کسی ایسی جگہ کھڑی ہوجائیں جہاں سے صبح کی ہلکی روشنی افق پر نظر آتی ہو۔ اس روشنی کو دس منٹ تک دیکھیں اور اس دوران اطمینان کے ساتھ اور مناسب رفتار سے سورۂ اخلاص پڑھتی رہیں۔ اس عمل کو کم از کم چالیس روز تک مستقل مزاجی سے کریں۔ ان شاء اللہ نروس ہونے کی مذکورہ کیفیت پر قابو حاصل ہوجائے گا۔

طلاق کی دھمکیاں

گھریلو حالات خراب ہیں۔ یہ حالات سالہا سال سے یوں ہی چلے آرہے ہیں۔ اس کی وجوہات میں آج تک سمجھ نہیں پائی۔ شوہر مجھے سخت ناپسند کرتا ہے۔ میں اس کی خدمت میں کوئی کسر اٹھا نہیں رکھتی لیکن اسے میری ہر بات بری لگتی ہے۔ بات بات پر بے عزت کردیتا ہے۔ طلاق کی دھمکیاں دیتا ہے۔ میرا بڑا بیٹا جس کی عمر اٹھارہ سال ہونے والی ہے خراب ہوتا جارہا ہے۔ آوارگی اور نشہ کرنا اس کی عادت بن گئی ہے۔ اس کا نفسیاتی علاج بھی ہوا ہے۔ ہر طرح سے سمجھا کر دیکھ لیا ہے اور اپنی طرف سے پوری کوشش کرلی ہے لیکن سب لاحاصل رہا۔ کئی لوگ کہتے ہیں کہ یہ جادو کے اثرات کی وجہ سے ایسا ہے۔ (پروین، گوجرانوالہ)

جواب: آپ نماز عشاء کے بعد ایک سوایک بار **یَا جَلِیْلُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ گھریلو حالات اور بیٹے کی بے راہ روی میں جادو کا دخل نہیں ہے بلکہ یہ خراب گھریلو حالات، والدین میں ذہنی ہم آہنگی نہ ہونے کی وجہ سے ہے۔ بیٹے کیلئے صبح سورج نکلنے سے پہلے وضو کرکے پانی پر گیارہ بار **یَا وَدُوْدُ** پڑھ کر دم کریں اور کسی بھی طرح بیٹے کو پلادیا کریں۔

یرقان: میں آلو بخارا، املی، دھنیا، نیلوفر، نصف نصف چھٹانک، رات کو دو سیر پانی میں بھگودیں اگلے دن تین چار بار یہی پانی مل چھان کر پینا بہت مفید ہے۔

دعوت دین میں جنات کا حصہ

اس نے باہر بھینسوں کی کھرلی کے پاس بھائی جان کو کھڑا کیا اور خود بالمقابل کھڑا ہوگیا۔ بھائی جان کی حیرت کی انتہا نہ رہی جب ان کے سامنے یہی ننھا منا بچہ لحظہ بہ لحظہ لمبا ہورہا تھا۔ اس نے کہا کہ امید ہے آپ مجھے پہچان گئے ہوں گے۔

(پرنسپل غلام قادر ہراج۔ جھنگ)

یہ اُن دنوں کا واقعہ ہے کہ جب افغانستان اور روس کی جنگ زوروں پر تھی۔ تعطیلات گرما پر بندہ اپنے گاؤں سیاہ نواں، موضع حویلی لال تحصیل وضلع جھنگ آیا ہوا تھا۔ میرے بڑے بھائی حاجی محمد یوسف ایس۔ایس۔ٹیچر گورنمنٹ ہائی سکول حویلی لال کے ساتھ یہ واقعہ پیش آیا۔ رات کا وقت تھا۔ رات کے بارہ اور ایک بجے کے درمیان کسی نے باہر والے دروازے پر دستک دی۔ بھائی محمد یوسف صاحب نیند میں تھے۔ دستک سن کر باہر آگئے۔ دروازہ کھولا تو ایک ننھا بچہ باہر کھڑا تھا۔ بھائی جان نے از راہ شفقت حیران ہوکر پوچھا کہ بیٹا تم کون ہو اور آدھی رات کے وقت کہاں سے آئے ہو؟ بچے نے جواب دیا کہ میرا نام زمان خان ہے اور میں افغانستان سے آیا ہوں۔ بھائی جان حیران تھے کہ اتنا چھوٹا معصوم بچہ اور اس وقت افغانستان سے آیا ہے۔ اس سے آمد کی وجہ پوچھی تو اس نے باہر بھینسوں کی کھرلی کے پاس بھائی جان کو کھڑا کیا اور خود بالمقابل کھڑا ہوگیا۔ بھائی جان کی حیرت کی انتہا نہ رہی جب ان کے سامنے یہی ننھا منا بچہ لحظہ بہ لحظہ لمبا ہورہا تھا۔ اس نے کہا کہ امید ہے آپ مجھے پہچان گئے ہوں گے۔ بھائی جان نے کہا کہ تم ''جن'' لگتے ہو۔ اس نے مثبت میں جواب دیا۔ زمان خان نے آنے کا مدعا بیان کیا کہ ہماری جماعت افغانستان سے آئی ہے اور ہم تین روز کے لیے تمہارے سفیدہ کے درخت پر قیام کا ارادہ رکھتے ہیں۔ اجازت مطلوب ہے۔ بھائی جان نے بخوشی اجازت دی۔ تیسرے دن عصر کے قریب ایک ٹہنی کسی نے سفیدے کی چوٹی سے توڑ کر نیچے پھینکی جو اس بات کا اظہار تھا کہ ہم یہاں سے جارہے ہیں۔ ہزاروں کے حساب سے چھوٹے چھوٹے پرندوں کا ایک لشکر سفیدے سے نکلا اور مشرق کی طرف روانہ ہوگیا۔

میں نے اپنے بزرگوں سے سن رکھا تھا کہ ہماری آبادی میں انسانوں کے مقابلے میں جنات کی آبادی زیادہ ہے مگر وہ سب کے سب مسلمان ہیں کسی کا کوئی نقصان نہیں کرتے۔ گمان یہ ہے کہ جنات بھی امر بالمعروف ونہی المنکر کا اہتمام کرتے ہیں اور یہاں بھی ان کا تین دن کا قیام تھا۔

مندرجہ ذیل واقعہ سے میں اس نتیجہ پر پہنچا ہوں کہ انسانوں کی طرح مسلم جنات بھی نبوت والے کام کو سرانجام دیتے ہیں۔ کسی کی اجازت کے بغیر ان کی کوئی چیز استعمال نہیں کرتے اور کسی کا نقصان نہیں کرتے۔ قرآن مجید سے ثابت ہے کہ انسانوں اور جنات کو پیدا کرنے کا مقصد عبادت کے سوا اور کچھ نہیں۔

شوگر کا مجرب روحانی علاج

جناب حکیم محمد طارق صاحب السلام علیکم:

آپ کا رسالہ پڑھا جس میں روحانی علاج لکھے گئے ہیں مجھے پڑھ کر بہت خوشی ہوئی۔ میں بھی روحانی علم سیکھ رہا ہوں اور اس جیسے روحانی رسالے کی مجھے بہت عرصے سے تلاش تھی۔ میں آپ کو آزمایا ہوا نسخہ لکھ کر بھیج رہا ہوں۔ امید ہے آپ اسے ضرور شائع کریں گے اور لوگوں تک پہنچا کر مجھے بھی اس ثواب کے کام میں ضرور شامل کریں گے۔ یہ نسخہ یا جو کچھ بھی سمجھ لیں شوگر کے مریضوں کے لیے ہے۔ سورہ یٰسین کی آیت نمبر 57 (سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ ٥) صبح کی نماز کے بعد جائے نماز پر بیٹھ کر ایک تسبیح روزانہ، پڑھ کر سامنے رکھے ہوئے پانی پر دم کریں اور پھر پانی پی لیں۔ گیارہ دن مسلسل یہ عمل کریں۔ ان شاء اللہ وہ مریض گیارہ دنوں میں اس موذی مرض سے نجات پا جائے گا۔ اول آخر 3 مرتبہ درود ابراہیمی ضرور پڑھیں۔

عمل نمبر 2: جتنا پانی ایک وقت میں پی سکیں وہ ایک گلاس یا بوتل میں بھر لیں، باوضو ہوکر سورہ یٰسین کی آیت نمبر 57 ایک کاغذ کے ٹکڑے پر لکھ کر پانی میں ڈال دیں۔ آیت لکھنے سے پہلے تین دفعہ اول اور تین دفعہ آخر میں درود ابراہیمی ضرور پڑھیں پھر ایک تسبیح سورہ یٰسین کی آیت نمبر 57 کی پڑھ کر پانی پر دم کریں۔ آیت پڑھنے سے پہلے اور بعد تین دفعہ درود ابراہیمی ضرور پڑھیں۔ گیارہ دن لگاتار اسی طریقے کے مطابق عمل کریں اور شوگر کے موذی مرض سے نجات پائیں۔ (مرسلہ: محمد دلشاد ثاقب۔ ملتان)

عبقری سے فیض پانے والے

57 سال کی عمر میں 18 سالہ عمر جیسی طاقت

طاقت کی چھ گولیاں استعمال کیں۔ ایسا محسوس ہوتا تھا کہ 57 سالہ عمر سے واپس اٹھارہ سال کی اعصابی طاقت میں آگیا ہوں۔ ''جوہر شفائے مدینہ'' بندہ نے اپنے گھر والوں کو استعمال کرائی، ہائی بلڈ پریشر کو نارمل پوزیشن میں لانے میں کامیاب دوائی ثابت ہوئی۔ دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر سے نوازے اور مخلوق خدا کی مزید خدمت کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین) (پرنسپل غلام قادر ہراج۔ جھنگ)

جوہر شفاء مدینہ کے استعمال سے قبض اور گیس سے نجات

حکیم طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی صاحب السلام علیکم!

حضرت عرض یہ ہے کہ میں تقریباً عرصہ 10 سال سے معدہ اور قبض کا مریض تھا اور میں نے بہت سی دوائیاں کھائیں لیکن کوئی دائمی طور پر شفایابی نہ ہوئی۔ مجھے ایک دوست نے آج سے ڈیڑھ سال پہلے آپ کا رسالہ ماہنامہ عبقری دیا تھا۔ میں نے اس کا مطالعہ کیا تو اس کے بعد میں نے فون پر آپ سے رابطہ کیا اور آپ نے مجھے جوہر شفاء مدینہ استعمال کرنے کو کہا۔ میں نے مسلسل چھ سات ماہ تک استعمال کیا اور اس کے بعد اللہ نے الحمد اللہ دائمی طور پر شفاء دی اور اس کے بعد میں نے تقریباً 10 ڈبیاں جوہر شفاء مدینہ کی منگوائیں اور مختلف دوستوں کو دیں۔ ایک دوست کو گیس تھی اس کو بھی میں نے یہی دوائی استعمال کرائی تو اللہ پاک نے ان کو بھی شفاء بخشی۔ میرا ایک دوسرا دوست ہے وہ دس سال سے معدہ، جریان اور قبض کا مریض تھا۔ اس نے بھی ایک سال یہی دوائی جوہر شفائے مدینہ استعمال کی اور ان کا معدہ ٹھیک ہوگیا اور جریان بھی کنٹرول میں آگیا۔ (حافظ خادم حسین، خیر پور ٹامیوالی)

(بقیہ: مسواک کی طبی افادیت اور جدید سائنس)

چپنس کر مسوڑھوں اور دانتوں کے لیے نقصان پیدا کرتے ہیں۔ ہر اس لکڑی کی مسواک دانتوں کے لیے موزوں ہوتی ہے جس کے ریشے نرم ہوں اور وہ دانتوں کے درمیان خلا کو زیادہ نہ کریں اور مسوڑھوں کو زخمی نہ کریں۔ زیتون کی مسواک کرنے میں یہ احتیاط برتی جائے کہ روزانہ اس کے ریشے نئے ہوں باسی ریشوں کو کاٹ دیا جائے اور نئے ریشے استعمال کیے جائیں ورنہ مسواک کے مطلوبہ فوائد حاصل نہ ہوں گے۔ نیز مسواک چوڑائی کے رخ کریں، لمبائی رخ نہ کریں۔ (جاری ہے)

ماں کے قدموں سے شفایابی

میری ماں کے پاؤں کو دھو کر وہ پانی مجھے پلاؤ میں ٹھیک ہو جاؤں گا، چنانچہ میں نے ایسا ہی کیا۔ والدہ کے پاؤں کا پانی پلانے کے بعد جو پیشاب کا جلاب میرے بھائی کو جاری ہوا ہم سب حیران تھے جیسے پیشاب آور ٹیکہ لگا ہو۔

(ڈاکٹر نور احمد نور۔ ملتان)

چند سال قبل میں اپنی والدہ صاحبہ کو جو کہ راجن پور میں بیمار تھیں دیکھنے کے لیے جایا کرتا تھا۔ ایک جمعہ کے دن میں نے والدہ صاحبہ کی خدمت میں حاضری دی، واپسی پر دعا کی درخواست کی جو انہوں نے قبول فرمائی اور بڑی دعائیں دیں۔ واپسی پر دریائے سندھ پار کرنے کے بعد ایک بہت بڑی گہری نہر جو تقریباً ۲۰ فٹ گہری اور ۳۰ فٹ چوڑی پانی سے لبا لب بھری ہوئی بہہ رہی تھی۔ جمعہ کی نماز کا وقت ہو چکا تھا۔ گاڑی کھڑی کر کے ڈرائیور تو وضو کر کے نماز میں شریک ہو گیا۔ میں نے استنجاء کیا اور نہر کے کنارے بیٹھ کر وضو کر رہا تھا کہ اچانک نہر کا کنارہ جو شاید نیچے سے پانی نے کھوکھلا کر دیا تھا، پانی میں گرا اور میں نہر کے اندر گر گیا۔ ایک دو ڈبکیاں آئیں اور میں نہر کے وسط میں پہنچ گیا کیونکہ میں تیرنا نہیں جانتا تھا اس لیے ڈبکیاں آنی شروع ہوئیں اور سر چکرانے لگا۔ میں نے ایک ہاتھ دیکھا جس نے مجھے پکڑا اور نہر کے درمیان سے گھسیٹ کر نہر کے کنارے کھڑا کر دیا۔ اب نہر سے نکلنا بہت مشکل تھا۔ خیر بڑے ذکر اذکار کیے، کئی دفعہ زور لگایا اور آخر میں نہر سے نکلنے میں کامیاب ہو گیا۔ کپڑے سارے گیلے ہو گئے، کیچڑ لگ گئی۔ اسی حالت میں نماز کی آخری رکعت مل گئی۔ تمام مسجد والوں نے میری حالت کو دیکھ کر حیرانگی ظاہر کی۔ مجھے یقین ہے، مجھے ڈوبنے سے بچانے والی والدہ مرحومہ کی دعا تھی، ورنہ بچنے کے ظاہری اسباب کوئی نہ تھے۔

ماں کے پاؤں دھو کر پینا:

ڈاکٹر نیاز احمد بلوچ پروفیسر نشتر میڈیکل کالج ملتان نے عجیب واقعہ لکھ کر دیا اور شائع کرانے کی درخواست کی۔ ڈاکٹر بلوچ صاحب ملتان سے باہر امتحان لینے گئے ہوئے تھے۔ وہاں پر اُن کو بھائی کی شدید علالت کا پتہ چلا۔ وہ پہلے ڈیرہ غازی خاں گئے جہاں سے اُن کو بتلایا گیا کہ اُن کا بھائی سخت بیمار تھا اس لئے نشتر ہسپتال میں داخل کرا دیا۔ ڈاکٹر بلوچ صاحب جب نشتر ہسپتال پہنچے تو بھائی صاحب کا پتہ چلا کہ دل کا شدید عارضہ ہے۔ حالت کمزور ہے۔ سارا جسم سوجا ہوا اور سانس پھولا ہوا ہے۔ متعلقہ ڈاکٹر صاحبان بھی اچھی خبر نہیں دے رہے تھے۔ ڈاکٹر بلوچ صاحب نے دیکھا کہ اُن کا بھائی اپنی والدہ جو سامنے پلنگ پر بیٹھی ہیں اُن کے پیروں کی طرف اشارہ کر رہا ہے۔ میں نے دیکھا والدہ صاحبہ کے پاؤں کا جوتا ایک جگہ سے ٹوٹا ہوا تھا اور اشارہ اُس کی طرف تھا تو انہوں نے اپنے علیل بھائی کو بتلایا کہ میں جوتا ٹھیک کرا دوں گا مگر اُن کے علیل بھائی بار بار والدہ کے قدموں کی طرف اشارہ کر رہے تھے۔ میں نے بھائی کے قریب ہو کر پوچھا کہ پاؤں میں کیا ہے......؟ اُس نے کہا کہ میری ماں کے پاؤں کو دھو کر وہ پانی مجھے پلاؤ میں ٹھیک ہو جاؤں گا چنانچہ میں نے ایسا ہی کیا۔ والدہ کے پاؤں کا پانی پلانے کے بعد جو پیشاب کا جلاب میرے بھائی کو جاری ہوا، ہم سب حیران تھے جیسے پیشاب آور ٹیکہ لگا ہو۔ یہ پیشاب کا جلاب سارا دن اور ساری رات جاری رہا۔ دوسرے دن صبح کے وقت جب ماہر امراض قلب میرے بھائی کو دیکھنے آئے تو کافی افاقہ تھا۔ مجھ سے پوچھا یہ کیسے ہوا......؟ میں نے پاؤں کے پانی کا اثر بتایا۔ سب حیران تھے۔ چند دنوں میں اللہ تعالیٰ نے میرے بھائی کو شفا دی۔ یہ سب والدہ صاحبہ کے پاؤں کا صدقہ تھا۔

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کُتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہو گئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قید سے رہائی

اول و آخر تین تین مرتبہ درود شریف اور ایک سو چار مرتبہ ذیل کی دعا پڑھو، قیدی جلدی مخلصی حاصل کریگا۔

(عبدالغفور، فیصل آباد)

1)...... اول و آخر تین تین مرتبہ درود شریف اور ایک سو چار مرتبہ ذیل کی دعا پڑھو قیدی جلدی مخلصی حاصل کریگا۔ "**يَا غِيَاثِيْ عِنْدَ كُلِّ كُرْبَةٍ وَ مُجِيْبِيْ عِنْدَ كُلِّ دَعْوَةٍ مُنَادِيْ عِنْدَ كُلِّ شِدَّةٍ وَرَجَائِيْ حِيْنَ تَنْقَطِعُ حِيْلَتِيْ**"

2)...... **يٰبَنِيَّ لَا تَدْخُلُوْا مِنْۢ بَابٍ وَّاحِدٍ وَّادْخُلُوْا مِنْ اَبْوَابٍ مُّتَفَرِّقَةٍ ؕ وَمَاۤ اُغْنِيْ عَنْكُمْ مِّنَ اللّٰهِ مِنْ شَيْءٍ ؕ اِنِ الْحُكْمُ اِلَّا لِلّٰهِ ؕ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ ۚ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُوْنَ٥**

(سورہ یوسف آیت نمبر 67) **يَا خَالِصُ يَا مُخْلِصُ٥** سات دن تک ایک سو ایک مرتبہ روزانہ ہر نماز کے بعد تلاوت کر کے قیدی کی رہائی کے لیے دعا کرو۔ ان شاء اللہ سات یوم کے اندر قیدی رہا ہوگا اگر رہا نہ ہو تو دوسرا ہفتہ بھی اسی طرح کرو اگر پھر بھی رہا نہ ہو تو پھر تیسرا ہفتہ بدستور کریں۔ ان شاء اللہ یقینی کامیابی ہوگی۔ ناممکن ہے کہ قیدی رہا نہ ہو۔

3)...... اگر کوئی شخص قید میں ہو اس کے اوپر لازم ہے کہ ہر روز بعد نماز عشاء صدق دل سے دو ہزار مرتبہ درج ذیل قرآنی آیت اول آخر درود شریف کی ایک ایک تسبیح پڑھے۔ ان شاء اللہ ایک چلے کے اندر اندر وہ رہا ہو جائیگا" **مَا شَاءَ اللّٰهُ لَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ حَسْبُنَا اللّٰهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ**"

4)...... اسم مبارک "**رَقِيْبُ**" کو روٹی کے ٹکڑے پر لکھ کر جانور یا لونڈی یا غلام کو یا جس کے بھاگ جانے کا اندیشہ ہو، کھلائے، باز رہیگا۔

5)...... اگر کسی کو بھاگنے کی عادت ہو۔ خواہ وہ جانور ہو یا انسان تو اس کو کسی چیز پر " **اٰمَنَ مُوْسٰى بِرَبِّهٖ فَاهْتَدٰى وَ كَفَرَ فِرْعَوْنُ بِرَبِّهٖ فَطَغٰى٥** یہاں سے سورہ حشر کی آیات **لَوْ اَنْزَلْنَا هٰذَا الْقُرْاٰنَ** (بقیہ صفحہ نمبر 32 پر

گرمی کے بخار کا علاج ۞ دشمن کی بدگوئی سے حفاظت ۞ مجمع سے گھبرانے کا حل

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے۔ آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں۔ یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کررہے ہیں۔ قارئین! انشاءاللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

گرمی کے بخار کا علاج

سورج نکلنے سے پہلے (سورۂ طٰہٰ کی آیت نمبر 1 تا 8) طٰهٰ o مَآ اَنْزَلْنَا سے لیکر لَهُ الْاَسْمَآءُ الْحُسْنٰى o تک سات مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کرنا مریض کو سات دن میں خدا کے فضل سے شفا دیتا ہے۔ عمل بہت زیادہ مفید ہے۔ جس شخص کو گرم ہوا یعنی لو لگ جائے، بچے یا بڑے کو پیاس زیادہ لگتی ہو۔ ان آیتوں کو کاغذ پر لکھ کر گھول کر دن میں تین تین مرتبہ پلانا بھی مفید ہے۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ، اِنَّ لَكَ اَلَّا تَجُوْعَ فِيْهَا وَ لَا تَعْرٰى o وَاَنَّكَ لَا تَظْمَؤُا فِيْهَا وَلَا تَضْحٰى o (سورۂ طٰہٰ آیت نمبر 118، 119)

تین مرتبہ پلانے میں بفضلہ تعالیٰ تندرست ہوجائے گا

دشمن کے شر سے حفاظت

دشمن کے شر سے محفوظ رہنے کے لیے (سورۂ مریم کی آیت نمبر 98) کو اکیس مرتبہ سات دن تک ننگے سر ہو کر پڑھنا بے حد مجرب اور مفید ہے۔ آیت یہ ہے۔

وَكَمْ اَهْلَكْنَا قَبْلَهُمْ مِّنْ قَرْنٍ ط هَلْ تُحِسُّ مِنْهُمْ مِّنْ اَحَدٍ اَوْ تَسْمَعُ لَهُمْ رِكْزًا o

یہ آیت نہایت خونی اور جلالی ہے۔ بے احتیاطی میں پلٹ جانے کا اندیشہ ہے۔ اس کا پرہیز سخت ہے۔ تمام چیزیں مثلاً لہسن، پیاز، حقہ، زردہ وغیرہ چھوڑنا، سوائے خشک جو کی روٹی کے کل کھانوں کو چھوڑنا، غیر عورت پر نظر ڈالنے سے بچنا، جھوٹ بولنے اور ہر قسم کے گناہ سے احتیاط کرنا فرض ہوگا ورنہ خود پڑھنے والے کا نقصان ہوجائے گا۔

مجمع سے گھبرانے کا حل

جس شخص کا سینہ بولنے چلنے میں کمزور ہو، سانس چڑھتا ہو، اس کے مزاج میں رعب غالب رہتا ہو یا مجمع کثیر سے گھبراتا ہو۔ وہ ہر روز صبح کی نماز کے بعد اکیس مرتبہ (سورۂ طٰہٰ کی آیات نمبر 25 تا 28 تک) پڑھا کرے انشاءاللہ یہ سب باتیں جاتی رہیں گی۔

رَبِّ اشْرَحْ لِيْ صَدْرِيْ o وَيَسِّرْ لِيْٓ اَمْرِيْ o وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِيْ o يَفْقَهُوْا قَوْلِيْ o

جادو سے حفاظت

اگر کسی شخص پر جادو کیا گیا ہو یا کسی کو جادو ہونے کا خوف ہو اکیس مرتبہ (سورۂ طٰہٰ کی آیات نمبر 69 تا 70) کو پڑھ کر پانی پر دم کرے اور سحر زدہ کو پلائے انشاءاللہ سات روز میں جادو کا اثر زائل ہوگا۔ آیات یہ ہیں۔

اِنَّمَا صَنَعُوْا كَيْدُ سٰحِرٍ ط وَلَا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ اَتٰى o فَاُلْقِيَ السَّحَرَةُ سُجَّدًا قَالُوْٓا اٰمَنَّا بِرَبِّ هٰرُوْنَ وَمُوْسٰى o

دشمن کی بدگوئی سے حفاظت

دشمن کی زبان بند کرنے کے لیے (سورۂ طٰہٰ کی آیات نمبر 108 تا 109 اور 111) کا ورد کرنا نہایت مفید ہیں۔ آیات یہ ہیں۔

يَوْمَئِذٍ يَّتَّبِعُوْنَ الدَّاعِيَ لَا عِوَجَ لَهٗ ج وَخَشَعَتِ الْاَصْوَاتُ لِلرَّحْمٰنِ فَلَا تَسْمَعُ اِلَّا هَمْسًا o يَوْمَئِذٍ لَّا تَنْفَعُ الشَّفَاعَةُ اِلَّا مَنْ اَذِنَ لَهُ الرَّحْمٰنُ وَرَضِيَ لَهٗ قَوْلًا o وَعَنَتِ الْوُجُوْهُ لِلْحَيِّ الْقَيُّوْمِ ط وَقَدْ خَابَ مَنْ حَمَلَ ظُلْمًا o ان آیتوں کو کسی کاغذ پر لکھ کر جس کی بدگوئی سے نجات حاصل کرنی ہو اس کا نام، اس کی ماں کا نام نیچے لکھ کر تعویز کو کسی پرانے درخت میں لٹکانا مخالف کی بدگوئی سے نجات کے لیے نہایت مجرب عمل ہے۔

سچ اور جھوٹ میں مقابلہ

اگر کہیں حق و باطل کے مقابلے میں جھوٹ اور سچ کا سامنا ہو، اُس وقت سچا آدمی (سورۂ انبیاء کی آیت نمبر 18) تین مرتبہ پڑھے انشاءاللہ تعالیٰ باطل حق کے سامنے نہ ٹھہر سکے گا۔ آیت یہ ہے۔

بَلْ نَقْذِفُ بِالْحَقِّ عَلَى الْبَاطِلِ فَيَدْمَغُهٗ فَاِذَا هُوَ زَاهِقٌ ط وَلَكُمُ الْوَيْلُ مِمَّا تَصِفُوْنَ o

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 24

(ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

آپ ﷺ اور آپ ﷺ کے حق پرست صحابہؓ نے قیدیوں کے ساتھ جو سلوک کیے ان کا یہ اثر ہوا کہ اکثر قیدی حصولِ آزادی کے بعد وطن جانا پسند نہ کرتے بلکہ مسلمان ہو کر ہمیشہ کے لیے مسلمانوں ہی میں رہ جاتے تھے۔ یہ اس لیے کہ قیدی کو کچھ مدت بحالتِ قید مسلمانوں کی تہذیب اخلاق اور حسنِ معاشرت کے مطالعہ کا موقع ملتا تھا۔ غزوۂ بدر سے پہلے اور اسکے بعد معاہدہ حدیبیہ تک اہل مکہ اور مسلمانوں میں حالتِ جنگ قائم تھی۔ قریش جہاں پاتے، مسلمانوں کو لوٹ کر قید کرلیتے۔ مسلمان بھی اس کے جواب میں مکہ والوں سے یہی سلوک کرتے۔ غزوۂ بدر کے بعد قریش نے حضرت سعد بن ابی وقاصؓ کو قید کرلیا۔ اس کے جواب میں مسلمانوں نے حکم بن کیسان کو گرفتار کرلیا۔ قریش نے حکم کے چھڑوانے کے لیے زرِ فدیہ بھیجا لیکن حضرت سعدؓ قریش کی قید میں تھے لہٰذا اللہ کے پیغمبر ﷺ نے فدیہ قبول کرنے سے انکار کردیا اور حکم بن کیسان سے فرمایا کہ جب تک سعد رہا نہ کیے جائیں گے تم کو خلاصی نہ مل سکے گی۔ یہ دیکھ کر اہل مکہ نے حضرت سعدؓ کو رہا کردیا۔ آپ ﷺ نے بھی حکم بن کیسان کی رہائی کا حکم دے دیا۔

حکم نے جسمانی قید سے تو خلاصی پائی لیکن چونکہ ایام اسیری میں حضور ﷺ کی مجلسوں میں بیٹھے تھے اور آپ ﷺ کی حقانیت اور صحابہ کرامؓ کے تقویٰ و طہارت اور خدا پرستی کے مناظر اپنی آنکھوں سے دیکھ چکے تھے لہٰذا اسلام کا طوق غلامی گلے میں ڈال کر سرکار دو عالم ﷺ ہی کی خدمت میں رہنے لگے۔

(بقیہ: روحانی کیفیت)

حضرت آپ کے بتائے ہوئے اعمال کے علاوہ میں درود تنجینا چلتے پھرتے اور 70 مرتبہ عشاء کے بعد پڑھتی ہوں۔ چند یوم پہلے مجھے خواب میں آپ نظر آئے اور آپ نے کہا کہ تم درود تنجینا 200 مرتبہ پڑھا کرو۔ پچھلی مرتبہ جو عمل آپ نے "اللہ" کے نقش سے کیا تھا۔ اس سے میرے مزاج میں جادوئی فرق پڑا تھا۔ (وردہ آصف)

چہرے کی خوبصورتی: روزانہ دودھ میں دو تین چمچے شہد ملا کر پینے سے سردیوں میں چہرے کی خوبصورتی میں اضافہ ہوتا ہے۔

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹین بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت-/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جُھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔ نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔